Un dîner PRESQUE parfait

numéro 4

inédit

Bienvenue chez **Maxime**

Un dîner à 2 (et plus si affinités)

www.DayzEbook.com

Tout un fromage !

Revisitez les recettes de grand-mère

Février/mars 2010 – DOM : 4,70 € – Polynésie et Nouvelle-Calédonie : 800 francs CFP
Suisse : 8 CHF – Belgique : 5,10 € – Luxembourg : 5,10 €.

T 05082 - 4 - F: 3,95 € - RD

CONCOURS GAGNEZ VOTRE PLACE DANS L'ÉMISSION !

NOUVELLE CARTE MOZAÏC | M6

- Une vraie carte de paiement
- Avec une fonction antidépassement[1]
- Et plein d'avantages exclusifs M6
- Plus d'infos sur www.ca-mozaic.com

Retirez de l'argent et réglez directement vos achats, gérez votre compte sans dépasser votre budget.

Et plongez dans l'univers Mozaïc M6 en bénéficiant de nombreux avantages exclusifs : musique, séries, ventes privées...

BANQUE ET ASSURANCES

UNE RELATION DURABLE, ÇA CHANGE LA VIE.

La carte Mozaïc M6 de paiement MasterCard avec contrôle du solde peut être souscrite de 12 à 25 ans, sous réserve d'acceptation du dossier. Pour les mineurs, la souscription est faite par les représentants légaux. Renseignez-vous sur la disponibilité et le prix de cette carte dans votre agence. (1) Les opérations par carte sont possibles dans la limite du solde disponible sauf incident exceptionnel lié au contrôle du solde.
Nouvelle Star ® FremantleMedia Ltd & 19 TV Ltd – Licence par FremantleMedia Enterprises. www.fremantlemedia.com.

07/2009 – M 13 034.4 – Édité par Crédit Agricole S.A. – 91-93, bd Pasteur, 75015 Paris – Capital social : 6 958 739 811 € – 784 608 416 RCS Paris. PROVIDENCE

Réinventez votre cuisine !

Quelques fleurs de lavande dans un parmentier, un peu de quinoa dans un bouillon de poule, une crème caramel à base de Carambar… la cuisine est affaire de détails, et passer du « très bon » au « sublime » ne tient parfois qu'à un brin d'imagination ! Les candidats d'*Un dîner presque parfait* l'ont bien compris : chaque semaine, ils réinventent des grands classiques pour tenter de surprendre et de séduire leurs convives. Et si vous les imitiez ? Par exemple en suivant notre dossier du mois, et en proposant à vos invités un dîner inspiré des plats de grand-mère… revisités, évidemment.

Également au menu de ce numéro, les secrets d'un dîner à deux (particulièrement) réussi, une déclinaison autour d'un trésor national – le fromage –, et toujours les recettes inédites des candidats qui ont marqué l'émission : Maxime vous reçoit à Dunkerque, Grégory dédie un plat à son grand-père, et Florence vous propose un Mardi gras plus gourmand que jamais.

Un dîner presque parfait, c'est la cuisine des amateurs pour les amateurs. Pas de grand chef en vue, ni de plat impossible à réaliser : qu'importe son niveau, tout le monde a sa place en cuisine. La preuve ? Grâce au grand concours que nous lançons dans ce numéro (p. 34), c'est bientôt vous qui ferez la couverture !

À très bientôt, donc.

La rédaction
undinerlemag@m6.fr

EN COUVERTURE www.DownEbook.com

© Fénot / Sucré Salé

Soupe de betteraves revisitée

LE MARCHÉ POUR 4 PERSONNES

- 2 belles betteraves crues
- 1 pomme de terre
- 1 gousse d'ail
- 1 yaourt brassé
- 50 cl de bouillon de légumes
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- Germes de betteraves
- Germes de poireaux
- Sel et poivre

PRÉPARATION

Pelez les betteraves et la pomme de terre, lavez-les et coupez-les en dés. Dans une casserole, faites blondir l'ail haché, puis versez le bouillon. Portez à ébullition et faites cuire les légumes pendant 15 minutes. Retirez la moitié du bouillon et mixez l'autre. Incorporez le yaourt brassé, l'huile d'olive, salez et poivrez. Décorez le velouté de germes de betteraves et de poireaux.

Les anciens numéros disponibles sur M6 Store

Vous êtes extrêmement nombreux à nous demander les premiers numéros du magazine *Un dîner presque parfait.* Bonne nouvelle : ils sont disponibles sur commande. Il vous suffit de vous connecter à la boutique M6 sur Internet : *www.m6store.com*

Un dîner presque parfait AU MENU

EN COUVERTURE
REVISITEZ LES RECETTES DE GRAND-MÈRE
42

www.DayzEbook.com

16

22

34

36

www.DayzEbook.com

sommaire

72

94

102

126

Un dîner presque parfait est édité par M6 Éditions, S.A. au capital de 50 000 euros, dont le siège social est situé au 89, avenue Charles-de-Gaulle, 92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex, filiale de M6 Interactions présidée par Thierry Desmichelle. Tél. : 01 41 92 73 73.

Pour joindre votre correspondant, composez le 01 41 92 suivi des chiffres entre parenthèses.

Directeur de la publication
Thierry Desmichelle
Direction presse et éditions
Franck Tirlot (26 73) ftirlot@m6.fr
Responsable éditorial
Mehdi Lounis (26 74) mlounis@m6.fr

Journaliste
Claire Mione
Ont collaboré à ce numéro
Christy Granja, Elga Toupet

Conception graphique
Herbert Galetti

Secrétaire de rédaction
Sophie Hervier

Directeur de la diffusion
Didier Dostes

Responsable du marketing et de la diffusion
Renaud Isautier (63 80)

Service des ventes
Promévente
Contact : Emmanuel Vinot, 01 55 51 83 64/62

Imprimé en Italie par NIIAG.

Régie publicitaire
M6 Interactions
89, avenue Charles-de-Gaulle,
92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex.
Directrice de la publicité
Sophie Doria-Blanc (74 85) sdoria@m6.fr
Directrice de clientèle
Vanessa Durand (66 55) vdurand@m6.fr

Directrice de fabrication et trafic publicité
Patricia Lutreau (27 12) plutreau@m6.fr

Toute reproduction de textes, photos, dessins ou logos publiés dans ce numéro est rigoureusement interdite sans l'accord écrit de l'éditeur. Les documents reçus ne sont pas rendus, et leur envoi implique l'accord de leur auteur pour leur libre publication.
© 2010 M6 Éditions.

N° ISSN : en cours.
Dépôt légal et date de parution de la publication : février 2010.

Come Dine With Me © and format rights – ITV Productions Limited. Licensed by ITV Global Entertainment Limited 2010. All rights reserved. *Un dîner presque parfait*, produit par Studio 89 Productions. Tous droits réservés.

Un grand merci aux équipes de Studio 89 pour leur aide précieuse.

itv Global Entertainment

Retrouvez en librairie
les meilleures recettes des candidats.

www.DayzEbook.com

© 2009, HACHETTE LIVRE (Hachette Pratique) - M6 Editions.
Come Dine With Me © and format right. ITV Productions Limited
Licensed by ITV Global Entertainment Limited 2009. All rights reserved.
Un dîner presque parfait. Marque déposée par Métropole Télévision/ITV Global Entertainment Ltd 2009.

M6 ÉDITIONS – RCS NANTERRE – B 421 300 849

Retrouvez les meilleures recettes de Cyril Lignac

Dans toutes les librairies dès le 17 février

© 2010, M6 Éditions, Hachette livre (Hachette pratique) • M6 Éditions-RCS Nanterre-B 421 300 849 - Conception : Desjeux Créations®

IDÉES CULINAIRES

De nouveaux produits à tester pour vos dîners entre amis !

Assaisonnement créatif

Imaginés par Monin, ces jus cuisinés mettront du soleil dans vos plats. Quatre parfums disponibles, dont le prometteur « cerise, balsamique et piment-cannelle ». *www.moninshopping.com, 6,80 euros les 25 cl.*

Herbes en canette

Vous n'avez ni jardin, ni balcon ? Cultivez les herbes aromatiques dans votre cuisine ! On ouvre la canette, on arrose… et ça pousse ! *Eurodif, 6,50 euros.*

Miel à cuisiner

Mélanger miel et épices : voilà l'idée maline (et très réussie) de Miel et une tentations, qui propose des kits pour accompagner viandes, poissons ou légumes. *www.mieletunetentations.com, 6,95 euros le kit de 2 x 45 g.*

Gourmandise

Toujours aussi créatifs, Michel et Augustin revisitent le biscuit chocolaté : des petits carrés *« pas tout à fait carrés »*, mais franchement divins. *1,60 euro l'étui.*

Monsieur Cocktail

Comment devenir barman en dix secondes ? En mélangeant quelques gouttes d'alcool à un des mixers Stirrings, puis en garnissant le rebord du verre grâce au givreur adéquat. *www.stirrings.fr, 9,95 euros le mixer et 4,95 euros le givreur.*

www.DayzEbook.com

LECTURES GOURMANDES

Quelques livres de cuisine à dévorer en librairie.

Tartelettes

Pas prétentieux, ce livre mérite de figurer dans votre bibliothèque culinaire ! Ouvrez-le et vous ne pourrez qu'être séduit par toutes ces tartelettes, originales et simples à réaliser. Entre recettes salées ou sucrées, raffinées ou rustiques, à déguster à l'apéritif, en entrée ou bien autour d'un brunch, vous ne saurez plus où donner de la tête, ni par laquelle commencer !
Éd. Solar, 6,90 euros.

Douceurs citron bio

En pleine saison du citron, ce joli livre vous permettra de découvrir des astuces et de nombreuses recettes originales autour de cet agrume indispensable. Clea, une des blogueuses culinaires les plus connues de France, livre ici vingt-sept gourmandises bio, acidulées et sucrées sans excès – comme les madeleines toniques au citron ou la pâte à tartiner inspirée du *lemon curd* anglais.
Éd. La Plage, 9,90 euros.

Brunchs et petits dîners pour toi & moi

Les recettes sont souvent conçues pour quatre ou six personnes et, quand on est deux, il faut calculer les bonnes quantités, estimer le temps de cuisson... Avec ce petit bouquin (un vrai bijou), vous ne vous casserez plus la tête et découvrirez nombre de plats simples et délicieux (brunchs, entrées légères, dîners rapides ou chics, desserts), le tout à prix mini !
Éd. Marabout, 4,95 euros.

SILICONÉS

Polyvalente, souple, résistante et colorée, la silicone est la nouvelle matière incontournable dans nos cuisines !

www.DayzEbook.com

1. Moules fantaisie « Exquis ». Set de trois. *Geneviève Lethu, 12 euros.* **2. Papillote gourmande.** Cuisson au micro-ondes et au four traditionnel. *Mastrad, 18,90 euros.* **3. Sous-plat « Magnifik ».** Aimanté, il s'accroche à vos poêles et vos casseroles. *Ikea, 3,99 euros.* **4. Couvercle 22 cm.** Universel, il s'adapte à tout type de récipients, pour le congélateur ou le four. *Silicone Zone, 12,50 euros, www.alicedelice.com.* **5. Filet de cuisson.** Pour cuire ou pocher plusieurs légumes ou poissons en même temps, et égoutter. *Lékué, 12 euros, www.kookit.com.*

6

www.DayzEbook.com

7

8

9

10

6. Manège à pocheuses. Pour réussir ses œufs pochés avec style. *Mastrad, 15 euros.* **7. Manique « Lapu Lapu ».** *Habitat, 9 euros.* **8. Cuillère à thé.** 6,90 euros, *www.logeekdesign.com.* **9. Passoire pliable fuchsia.** *Lékué, 19,95 euros, www.alicedelice.com.* **10. Boule à épices.** Permet de diffuser les arômes lentement. *Chevalier Diffusion, 9,60 euros, www.kookit.com.*

ACCESSOIRE DE CHEF

La poche à douille

© Fotolia

Qu'est-ce qui différencie un cuisinier du dimanche d'un cordon-bleu ? La technique, certes, mais aussi les accessoires ! Dans chaque numéro, nous vous proposons donc un instrument à ajouter de toute urgence à votre batterie de cuisine.

Par Claire Mione

La poche à douille, c'est quoi ?

Une poche en tissu, en plastique ou en silicone, associée à des douilles de diverses dimensions et de différentes formes (unies ou cannelées). On l'utilise avant tout en pâtisserie, pour la décoration de gâteaux ou la fabrication de petites douceurs, type macarons.

www.DayzEbook.com

Bien la choisir

On préférera une poche à douille en silicone ou, comme les chefs, une jetable en plastique. Plus souples et donc plus maniables, ces deux modèles vous dispenseront d'un nettoyage fastidieux ! Évitez les seringues et autres gadgets, imprécis et peu pratiques. Côté douilles, vous trouverez plus facilement dans le commerce celles en plastique. Choisissez un assortiment de différentes formes pour varier les utilisations.

Comment s'en servir

Introduisez la douille adaptée à votre préparation au fond de la poche. (Pour les modèles jetables, il suffira de couper l'extrémité au dernier moment.) La douille tête en bas, rabattez le haut de la poche autour de votre main gauche (la main est en forme de « c », comme si vous teniez un verre). À l'aide d'une spatule, garnissez la poche de votre appareil. Lissez la poche de l'extérieur pour bien tasser la préparation et chasser les bulles d'air. Il est important que le mélange soit toujours dense et la poche sous pression. Pour ce faire, inclinez la poche à l'horizontale et tournez-la sur elle-même en serrant bien. Rebasculez la poche avec la douille vers le bas. Appuyez délicatement et commencez à déposer la préparation.

Quelles recettes préparer avec ma poche à douille ?

Côté décoration, la poche à douille vous permettra de réaliser des ornements féeriques sur des gâteaux tristounets ! Elle est également indispensable pour réaliser le chapeau de vos cupcakes. Vous pouvez aussi vous en servir pour dessiner vos pâtisseries directement sur la plaque : macarons, meringues et autres choux à la crème prennent vie grâce à la poche à douille !

Poche à douille Superflex
Mathon, 28,90 euros.

Poches pâtissières jetables Comfort XL
(100 poches)
Matfer, 23,80 euros.

Aqualtis : seule sa taille est standard.

- **Jusqu'à 9 kg de charge en classe A** pour répondre à tous vos volumes de lavage
- **Facilité de chargement** grâce à sa très grande ouverture frontale et son tambour surélevé et incliné
- **Système Super Silence** : un moteur asynchrone pour des lavages plus discrets que jamais
- **Programmes "Duvets & Couettes", "Soie & Voilages" et "Jeans"**
- **Programme Woolmark Platimum Care** pour un soin optimum de la laine
- **Dosage automatique et Traitement Vapeur** en option sur certains modèles

Hotpoint ARISTON

NOS IDEES. VOTRE MAISON.

Manger des produits de saison, c'est bon pour le palais, pour la santé, pour votre portefeuille... et même pour la planète !

Le topinambour

S'il évoque aux anciens les privations de la guerre, le topinambour est de nouveau à la mode. Récolté entre octobre et mars, il excelle en salade, en soupe ou en gratin.

Helianthus tuberosus

On compare souvent – à tort – le topinambour à la pomme de terre. En réalité, il ne s'agit pas d'un féculent (aucun amidon n'est contenu), mais du tubercule d'une plante vivace de la famille des astéracées, cousine du tournesol. Également surnommé « artichaut de Jérusalem » ou « truffe du Canada », le topinambour est originaire d'Amérique du Nord et a été importé en Europe au XVIIe siècle.

www.DayzEbook.com

Curiosité visuelle et gustative

Ne vous fiez pas à son apparence. Le topinambour, biscornu et un peu terreux, n'est certes pas très beau, mais il mérite votre attention ! C'est un légume complexe : il a l'aspect du gingembre ; épluché, il fait penser à la pomme de terre ; et au palais, il évoque la saveur de l'artichaut.

Photos © Fotolia

Des vertus non négligeables

Le topinambour est très riche en potassium et en fer. Il contient également du phosphore et des vitamines B1 et B3. De plus, les nombreuses fibres qu'il renferme améliorent le transit intestinal, rassasient, préviennent certains cancers et protègent contre les maladies cardiovasculaires, le diabète et le cholestérol. Le topinambour est par ailleurs quatre fois moins calorique que la pomme de terre.

Comment le choisir ?

Il existe près de soixante-dix espèces de topinambour, mais seules quelques-unes sont commercialisées. Produit un peu partout en France, le « topinambour rouge » domine sur les marchés, où l'on peut également trouver des productions locales comme le « violet de Rennes » ou le « rouge du Limousin ». Quelle que soit sa variété, choisissez votre topinambour ferme et sain d'aspect. Mais attention : contrairement à la pomme de terre, le topinambour doit être consommé rapidement, sinon il dessèche. Vous pouvez le garder une semaine dans un sac plastique placé au réfrigérateur, ou éventuellement le congeler.

www.DayzEbook.com

Exigeant à préparer

Vous pourrez déguster le topinambour cru (râpé, coupé dans une salade…) ou cuit (en gratin, en purée ou en potage). Mais pour accéder à son goût particulier, il faudra le mériter ! Sa forme étant alambiquée, l'épluchage n'est en effet pas aisé : après en avoir brossé les aspérités, vous pourrez cuire le topinambour à l'anglaise, puis le passer sous l'eau froide afin de faciliter l'épluchage. Mais le légume ne cuisant pas de façon régulière, il faudra veiller à ce qu'il n'explose pas. Sachez enfin que plus votre topinambour est vieux (donc mou), plus il cuira vite.

Velouté de topinambours

6 personnes - Préparation : 20 min - Cuisson : 30 min

FACILE · BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **500 g de topinambours**
- **2 pommes de terre**
- **2 oignons**
- **1,5 l de bouillon de volaille**
- **10 g de beurre**
- **1 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

Pelez les oignons et coupez-les en quatre. Faites-les revenir dans le beurre. Brossez, épluchez et coupez grossièrement les topinambours et les pommes de terre. Placez-les dans une casserole et recouvrez du bouillon de volaille. Salez, poivrez, et laissez cuire environ 20 minutes. Passez la soupe au mixeur, ajoutez l'huile d'olive et servez bien chaud.

Gratin de topinambours

6 personnes - Préparation : 15 min - Cuisson : 45 min

ACCESSIBLE · BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **1 kg de topinambours**
- **150 g de gruyère râpé**
- **2 c. à s. de farine**
- **50 cl de lait**
- **1/2 c. à s. de noix de muscade**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

Faites bouillir les topinambours pendant 10 minutes dans une casserole d'eau salée. Égouttez-les, épluchez-les et coupez-les en tranches assez fines. Préchauffez le four à 200 °C. Préparez la béchamel : dans une casserole, délayez la farine avec un peu de lait. Lorsque le mélange est homogène, ajoutez le reste du lait et la noix de muscade. Faites cuire doucement, jusqu'à épaississement. Incorporez les topinambours et la béchamel dans un plat à gratin. Salez, poivrez, et couvrez de gruyère râpé. Enfournez pour 20 minutes, le temps que le gratin prenne une jolie couleur dorée. Servez.

Le merlan

Peu onéreux, le merlan était autrefois considéré comme le poisson des pauvres. Mais son prix raisonnable, lié à sa profusion, ne le dispense pas pour autant de saveur !

Merlangius merlangus

Le merlan est essentiellement pêché en automne et en hiver, le long des littoraux de l'Atlantique Nord, dans la Manche, la mer du Nord et le Golfe de Gascogne. Amateur d'eau froide – il vit jusqu'à 200 m de profondeur –, il peut atteindre une taille de 50 cm en mer du Nord et jusqu'à 70 cm en Islande.

www.DayzEbook.com

Un poisson diététique

La chair fine et blanche du merlan est pauvre en lipides. C'est un poisson maigre (70 calories pour 100 g) qui renferme de nombreuses vertus : il est riche en vitamines, en protéines, en sels minéraux et possède de très bonnes qualités nutritionnelles. Très léger et facile à digérer, le merlan est idéal pour ceux qui font attention à leur ligne et à leur santé !

Bien le choisir

Vérifiez que votre poisson soit frais ! L'œil du merlan doit être clair, brillant et légèrement bombé ; ses écailles luisantes et adhérentes. Son odeur doit rappeler celle de la marée, surtout pas celle de l'ammoniaque ! Cru et vidé, vous pourrez le conserver deux ou trois jours au réfrigérateur.

Attention à la cuisson

Le goût du merlan est très fin, voire un peu sucré, ce qui plaît généralement aux enfants. Selon la tradition, on peut le frire « en colère », en lui faisant mordre sa queue. Pour une préparation plus diététique, vous pouvez le cuire au four, en bouillon, à la vapeur ou en papillote. La chair du merlan étant très tendre, surveillez la cuisson afin que le poisson ne s'effrite pas complètement.

Merlans frits

6 personnes - Préparation : 40 min - Cuisson : 10 min

FACILE · BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **6 merlans**
- **2 citrons**
- **50 g de farine**
- **1 l d'huile de friture**
- **Sel**

PRÉPARATION

Écaillez, videz et rincez les merlans à l'eau froide. Séchez-les, puis roulez-les dans la farine. Faites chauffer l'huile de friture. Lorsqu'elle bout, plongez les poissons pour 10 minutes. Déposez du papier essuie-tout dans un plat de service. Posez les merlans dessus, saupoudrez-les d'un peu de sel et décorez avec des rondelles de citron. Servez aussitôt.

www.ezyabook.com

Filets de merlan en papillote

6 personnes - Préparation : 10 min - Cuisson : 15 min

FACILE · BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **6 filets de merlan**
- **4 citrons**
- **1 bouquet de persil**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 210 °C. Découpez 3 rondelles de citron et pressez le reste en jus. Placez chaque filet de merlan au centre d'une feuille d'aluminium ou de papier sulfurisé. Arrosez de la moitié du jus de citron, salez, poivrez, et ajoutez une pincée de persil haché. Refermez les papillotes et enfournez dans un plat adapté pour 15 minutes. Sortez les papillotes du four et entrouvrez-les. Arrosez du reste de jus de citron, décorez de persil frais et d'une demi-rondelle de citron.

C'est aussi la pleine saison de…

la mâche

On la consomme toute l'année sous vide, mais c'est chez votre primeur, en février et en mars, qu'elle délivrera toute sa saveur.

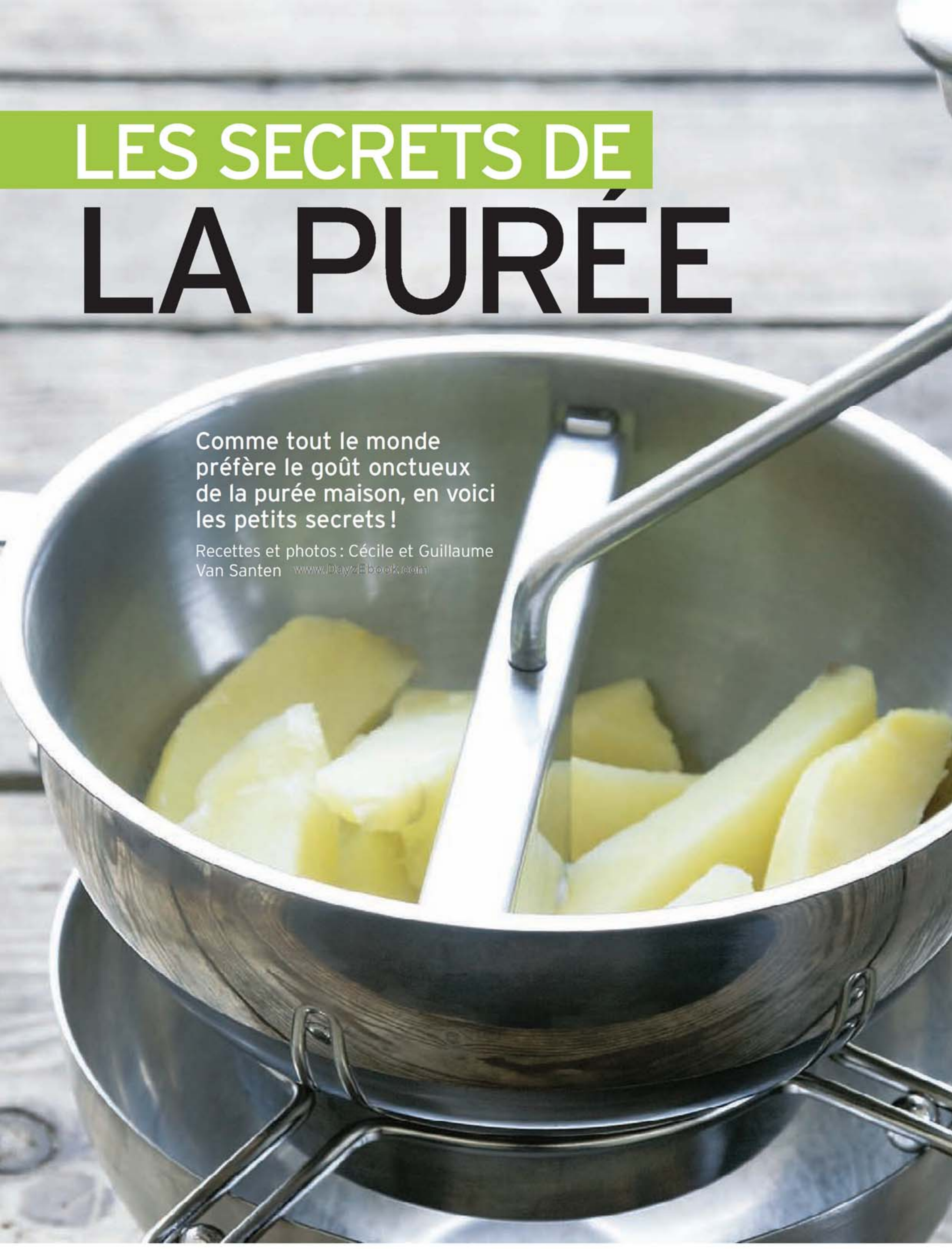
les morilles

Les morilles séchées, c'est sympa. Mais quand elles sont fraîches, c'est une autre histoire ! Elles sont tellement goûteuses qu'il suffit de les faire revenir dans du beurre pour se régaler. Attention, les morilles se consomment parfaitement cuites (crus, ces champignons sont toxiques).

le citron

Le citron aussi a ses mois de prédilection : janvier, février et mars. On profite de ce jus vitaminé pour préparer des cakes, des mousses ou assaisonner poissons et salades.

LES SECRETS DE LA PURÉE



Comme tout le monde préfère le goût onctueux de la purée maison, en voici les petits secrets !

Recettes et photos : Cécile et Guillaume Van Santen www.Dayz2Ebook.com

www.DayzEbook.com

1. Choisissez la bonne variété de pomme de terre

La bintje, réputée pour sa chair farineuse, est particulièrement adaptée à la purée car elle s'écrase facilement. Pour 6 personnes, il vous faudra 1 kg de pommes de terre, 25 cl de lait et 100 g de beurre.

2. Coupez malin

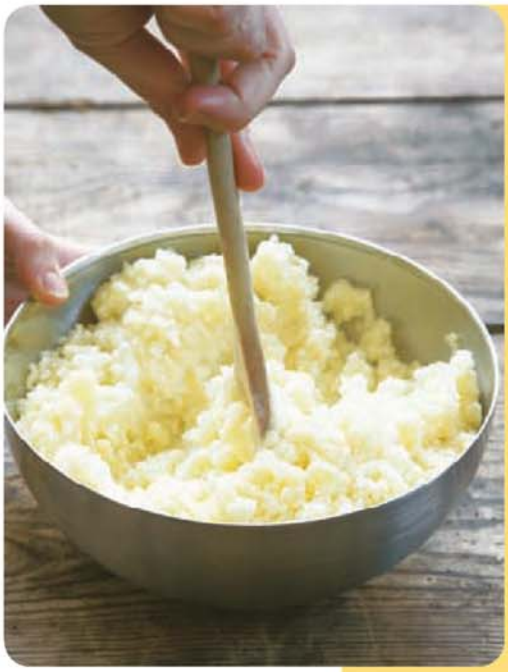
Après avoir épluché les pommes de terre, coupez-les dans le sens de la longueur pour éviter de casser les fibres. Ainsi, les pommes de terre ne se gorgeront pas d'eau et conserveront toute leur saveur.

3. Soyez méthodique

Dans une casserole, recouvrez les pommes de terre d'eau froide salée. Au bout de 20 minutes environ, plantez un couteau dans l'une d'elles pour vérifier la cuisson. Une fois cuites, écrasez les pommes de terre. Versez le lait chaud dessus pour éviter que la purée ne soit élastique et mélangez.

4. Aimez-la onctueuse

Il n'y a pas de secret : pour une texture onctueuse, une bonne portion de beurre fera des miracles ! Mélangez à l'aide d'une spatule en bois, et goûtez...



La variante du chef

La purée de Joël Robuchon

Cette fameuse purée est réalisée avec des pommes de terre rattes, de grosse taille si possible. Pour 6 convives, prévoyez 1 kg de pommes de terre, 250 g de beurre, 25 cl de lait entier et du gros sel (10 g par litre d'eau). Faites cuire les pommes de terre dans de l'eau froide salée. Égouttez-les et pelez-les lorsqu'elles sont encore tièdes. Passez-les au moulin à légumes (avec la grille la plus fine). Dans une casserole à feu très doux, remuez vigoureusement votre purée avec une spatule en bois pendant 4 à 5 minutes (la purée doit avoir l'air un peu desséchée). Incorporez petit à petit le beurre très froid et coupé en morceaux. Remuez énergiquement pour rendre la purée lisse et onctueuse. Terminez en incorporant le lait bouillant, en petits filets, et en mélangeant au fouet jusqu'à ce qu'il soit entièrement absorbé. Servez.

Un dîner chez Maxime

Vous vous souvenez de Maxime ? Ce barman dunkerquois de 32 ans avait remporté la « spéciale Bergues », sur les terres de *Bienvenue chez les Ch'tis*, avant de récidiver en décrochant la troisième place du combat des régions. Ce soir, pas de match culinaire ni de caméra : juste le regard bienveillant de ses amis, invités à déguster ses spécialités de poisson. Et l'occasion pour nous de vérifier que le légendaire accueil des gens du Nord n'est pas un mythe.

www.DayzEbook.com

Reportage : Elga Toupet
Photos : Sébastien Joly

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Menu

Tartare de Saint-Jacques, thon rouge et langoustines, et son caviar de hareng fumé

Turbot poêlé et son soufflé de pommes de terre, fumet de poisson aux épinards

Trilogie de chocolat

Une rue étroite de Dunkerque, par une fin d'après-midi d'hiver. C'est ici que vit Maxime, champion nordiste d'*Un dîner presque parfait*, qui a honoré sa région d'une très belle troisième place lors du combat des régions (il n'a échoué en finale qu'à l'issue de l'épreuve du buffet de mariage). Alors que la ville s'apprête à accueillir le célèbre carnaval, le jeune barman s'active en cuisine. Ce soir, ils seront six autour de la table dressée spécialement pour notre magazine. Les amis ont répondu présent : Frédéric, ancien coiffeur et vendeur de voitures ; Sébastien, chef exécutif d'un hôtel en région parisienne ; Frédérick, agent commercial en vins et son amie Christelle, qui partage son amour des bonnes tables régionales.

À quelques minutes de leur arrivée, Maxime s'agite derrière le bar de sa cuisine américaine sous le regard complice de Daisy, sa femme. Elle connaît la pression du chef. Et pour cause : c'est son métier ! Depuis presque huit ans, le couple tient un restaurant à Dunkerque, L'Auberge de Jules. Les rôles y sont inversés : Daisy aux fourneaux, Maxime en salle. Il lui doit d'ailleurs sa passion pour la cuisine. *« J'ai beaucoup appris en regardant Daisy faire. Au restaurant, on sert principalement du poisson et c'est aujourd'hui ma spécialité. »* Ensemble, ils partagent désormais un amour pour les grandes tables auxquelles ils essaient de s'asseoir une fois par an. Les souvenirs sont légion, par exemple cette mise en bouche surprenante servie dans un restaurant parisien : des cacahuètes coupées en lamelles ultra-minces. *« Une explosion de saveurs dans une feuille aussi fine... Des années après, j'en ai encore le goût en tête ! »*

www.DayzEbook.com

Déformation professionnelle oblige, Daisy inspecte régulièrement la cuisine et surveille d'un œil attentif les faits et gestes de son mari. Mais pour le repas de ce soir, c'est Maxime qui assure seul à la cuisine et au service. Il a uniquement délégué la partie décoration qu'il avoue *« ne pas maîtriser du tout »*. Car pour lui, *« l'essentiel est dans l'assiette »*. Daisy s'est donc occupée de la table, optant pour des tons chocolat/taupe et une douce lumière aux chandeliers. Une décoration raffinée et minimaliste, avec, cependant, un élément remarquable au centre : le trophée Jean Bart, remis par le maire de la ville en personne *« pour mise en avant du terroir gastronomique dunkerquois »* après le passage de Maxime dans *Un dîner presque parfait*. Le corsaire, véritable héros local, tient son épée fièrement dressée vers l'Angleterre, comme le veut la tradition !

À Dunkerque, Jean Bart n'est pas un corsaire comme les autres. Il a sa place et sa statue en plein cœur de la ville. En février, les « carnavaleux » se réunissent d'ailleurs pour entonner la célèbre *Cantate à Jean Bart*.

19 heures, on sonne !

Si la ponctualité est la politesse des rois, elle est visiblement aussi une qualité nordiste : à 19 heures tapantes, les invités sonnent à la porte. C'est le moment de lancer les hostilités. Lors de la préparation du reportage et du choix des plats, Maxime s'était inquiété : *« On ne photographie pas l'apéro ? » – « Non, mais vous pouvez le boire ! »* Pour débuter la soirée, ce sera donc champagne et toasts de saumon fumé. Maxime en profite pour raconter son récent séjour en Jamaïque, au cours duquel il a pu apprécier la gastronomie locale : *« du poulet à toutes les sauces et des bananes plantains... »* Ce soir, pas de poulet au programme, mais le péché mignon de Maxime : du poisson. Pratique avec un beau-frère pêcheur qui lui a offert un superbe turbot l'après-midi même !

www.DeyaEbook.com

Pour commencer les agapes, ce sera des noix de Saint-Jacques, du thon rouge et des langoustines. Un tartare de poisson servi avec du caviar de hareng. *« La difficulté de cette entrée ? La taille des poissons et l'assaisonnement. Le tartare, c'est instinctif, chacun l'assaisonne en fonction de ses goûts. La recette s'adapte au gré des envies. »* Frédérick, qui n'est pas venu les mains vides, a préparé une sélection de vins à la hauteur du menu. Le tartare se déguste donc avec un Clos des Mouches, un grand cru blanc de Bourgogne, récemment élu meilleur vin du monde, à Londres !

www.DayzEbook.com

Au regard de ses récentes expériences, Maxime se laisserait aujourd'hui volontiers tenter par une carrière de journaliste gastronomique. Depuis la rentrée, il collabore d'ailleurs au *Phare dunkerquois*, un hebdomadaire local. Dans la rubrique « Laissons parler les fourchettes avec Maxime Lefebvre », il invite chaque semaine un chef de son choix à présenter une recette.

Le soufflé : une expérience inédite

Pour parfumer son turbot, vedette du plat principal, Maxime a opté pour un fumet de poisson aux épinards. Osé, mais maîtrisé : le chef en herbe adore associer les saveurs pour relever ses préparations. Pour accompagner le tout, Maxime a choisi de réaliser des minisoufflés de pommes de terre, présentés en cocotte. *« Les meilleures choses sont les plus simples. Et même dans le Nord, on est capables de faire autre chose que des frites avec les patates »*, plaisante-t-il. Les soufflés sont préparés à la minute, et Christelle, convive attentive, lui rappelle qu'il faut *« incorporer délicatement les blancs d'œufs par-dessous »*. Des conseils avisés pour un Maxime très concentré. La réussite du soufflé représente pour lui le défi de la soirée. Montera, montera pas ? Montera ! L'ensemble est divin, et apprécié à sa juste valeur par tous les invités, si l'on en croit les assiettes quasi nettoyées qui rentrent en cuisine.

Chocolat Show

Au moment du dessert, la pression est retombée. Le sucré, Maxime maîtrise sur le bout des doigts. *« C'est le roi de la pâtisserie »*, clame son ami Frédéric. C'est d'ailleurs avec un dessert, inspiré des spécialités régionales, que le jeune homme avait séduit Marc Meurin et Cyril Lignac lors du combat des régions : feuillantine de spéculoos, chantilly à la Bêtise de Cambrai et crème au Carambar. Mais c'est un autre dessert qu'espèrent ses amis : de l'avis général, Maxime prépare le meilleur fondant au chocolat qu'ils aient jamais dégusté. Ce sera donc « cacao » pour terminer ce repas, sous la forme d'une sublime trilogie. À table, le silence est à peine troublé par quelques *« Mmm »* et autres soupirs de plaisir.

www.DayzEbook.com

Les convives sont désormais repus. En fin de repas, Sébastien, spécialement venu de Paris, relève qu'il ne manque que de la musique pour que le dîner soit vraiment exceptionnel. Sans perdre un instant, Daisy se lève et monte le son… La soirée devient parfaite. Maxime est détendu et, semble-t-il, ravi de ce délicieux moment partagé entre amis. Il dédie sa cuisine aux amoureux des saveurs et aux amateurs de plaisirs simples. *Carpe diem.* ■

Les soufflés de Maxime : *« Même dans le Nord, on est capables de faire autre chose que des frites avec les patates ! »*

www.DayzEbook.com

L'entrée de Maxime

Tartare de Saint-Jacques, thon rouge et langoustines, et son caviar de hareng fumé

www.Dayzibook.com

6 personnes   Préparation : 30 min   Réfrigération : 1 h

FACILE   €€€ COÛTEUX

LE MARCHÉ

- **6 noix de Saint-Jacques**
- **300 g de thon rouge**
- **10 langoustines**
- **2 échalotes**
- **1 bouquet d'aneth**
- **1 bouquet de ciboulette**
- **1 petit bocal de caviar de hareng**
- **10 cl d'huile d'olive**
- **Sauce Worcestershire**
- **Tabasco**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Découpez les noix de Saint-Jacques et le thon rouge en dés. Décortiquez les langoustines et coupez-les en petits morceaux.
2. Pelez et ciselez les échalotes. Hachez l'aneth et la ciboulette.
3. Mélangez l'ensemble. Assaisonnez avec l'huile d'olive, du sel et du poivre, quelques gouttes de sauce Worcestershire et de tabasco selon le goût désiré.
4. Laissez refroidir au réfrigérateur pendant au moins 1 heure.
5. Servez très frais, accompagné d'une cuillerée de caviar de hareng.

À SAVOIR

L'assaisonnement du tartare se fait selon les goûts de chacun. *« C'est une recette instinctive »*, précise Maxime.

www.DayzEbook.com

Le plat de
Maxime

Turbot poêlé
et son soufflé de pommes de terre, fumet de poisson aux épinards

6 personnes Préparation : 50 min Cuisson : 2 h

ÉLABORÉ COÛTEUX

LE MARCHÉ

Pour le poisson et le fumet :

- 1 beau turbot
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 poireau
- 20 g d'épinards frais
- 25 g de beurre
- 50 cl de crème liquide
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Pour les minisoufflés :

- 1,5 kg de pommes de terre
- 5 œufs
- 75 cl de lait
- 15 cl de crème liquide
- 1 noix de beurre
- Sel

À SAVOIR

L'appellation « turbot » implique que le poisson pèse au moins 2 kg, sinon on parle de « turbotin ».

PRÉPARATION

1 Préparez le turbot :
Levez les filets en prenant votre temps pour ne pas les abîmer (l'idéal est d'utiliser un couteau à filet très souple). Essayez de laisser le moins de chair possible sur l'arête. Retirez et réservez les abats. Rincez le poisson.

>>

>>

2

Préparez le fumet :
Dans une cocotte, faites revenir l'oignon, la carotte et le vert du poireau dans le beurre. Ajoutez les parures du poisson (tête comprise) et faites mijoter le tout 30 minutes à feu doux. Mouillez d'eau aux 3/4 et portez à ébullition.

3

Récupérez le jus, puis passez-le au chinois. Pressez bien pour récupérer un maximum d'arômes. Dans une casserole, mélangez la crème liquide à 50 cl de bouillon. Laissez réduire 45 minutes à feu doux.

4

Ébouillantez les épinards 1 minute et refroidissez-les à l'eau glacée. Mixez avec le bouillon réduit. Goûtez et salez si nécessaire avant de passer une seconde fois au chinois. Réservez au chaud.

www.DelyaEbook.com

5

Préparez les minisoufflés :
Épluchez et coupez les pommes de terre. Faites-les cuire dans le lait pendant 30 minutes. Salez légèrement.

6

Égouttez les pommes de terre et écrasez-les en purée. Détendez-la avec la crème liquide. Ajoutez les jaunes d'œufs, mélangez. Montez les blancs en neige et incorporez-les délicatement.

7

Versez la préparation dans des petites cocottes beurrées. Dorez 12 minutes dans un four à 180 °C.

CONSEIL
On reconnaît la parfaite cuisson du poisson à deux signes : il doit être bien ferme et translucide.

8

Préparez le plat :
Faites chauffer de l'huile d'olive dans une poêle. Déposez les filets de turbot dessus, salez, poivrez, et laissez cuire environ 5 minutes par face, en fonction de l'épaisseur. Servez avec une louche de fumet et un minisoufflé.

Le dessert de
Maxime

Trilogie de chocolat
Fondant, terrine et chocolat frappé à la crème de rhum

6 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 45 min | Réfrigération : 4 h

ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

www.Day2Ebook.com

Pour le fondant :
- **250 g de chocolat à 70 % de cacao**
- **8 œufs**
- **200 g de beurre**
- **100 g de sucre**
- **110 g de farine**

Pour la terrine :
- **125 g de chocolat à 70 % de cacao**
- **6 jaunes d'œufs**
- **60 g de sucre**
- **25 cl de crème liquide**

Pour le chocolat frappé :
- **6 cl de crème de rhum**
- **1 c. à c. de crème liquide**

PRÉPARATION

Préparez le fondant :

1. Faites fondre le beurre et le chocolat au bain-marie. Mélangez délicatement le sucre et les œufs dans un cul-de-poule, sans les faire mousser.

2. Incorporez la préparation chocolat/beurre à l'appareil sucre/œufs. Ajoutez la farine et mélangez le tout. Réservez 2 heures au réfrigérateur.

3. Préchauffez votre four à 200 °C. Chemisez des moules en inox avec du papier de cuisson. Garnissez-les de la préparation au chocolat et enfournez pour 10 minutes.

Préparez la terrine :

4. Faites blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre. Portez à ébullition la crème liquide. Versez-y la préparation et faites cuire « à l'anglaise » pour laisser le tout épaissir doucement.

5. Versez sur le chocolat cassé en morceaux et mélangez jusqu'à l'obtention d'un ensemble homogène.

6. Tapissez un moule à terrine de film alimentaire. Déposez la préparation à l'intérieur et laissez prendre 2 heures au frais.

Préparez le chocolat frappé :

7. Dans un shaker glacé, versez 6 c. à c. de terrine, 6 cl de crème de rhum et 1 c. à c. de crème liquide. Mélangez énergiquement.

8. Servez immédiatement le chocolat frappé dans un petit verre, accompagné d'une quenelle de terrine et d'un fondant.

LEXIQUE

La cuisson « à l'anglaise » de la terrine est l'étape la plus délicate. Il faut maintenir une température inférieure à 80 °C, sinon l'œuf coagule.

GRAND CONCOURS

Un dîner PRESQUE parfait

Gagnez votre place dans l'émission sur M6 et faites la couverture du magazine

www.DayzEbook.com

Pour participer

Vous êtes amateur de cuisine et souhaitez faire partager vos recettes de famille ou vos créations originales ? Participez à notre concours, réservé aux lecteurs du magazine *Un dîner presque parfait*, en nous envoyant votre recette, accompagnée d'une photo du plat réalisé, à l'adresse postale suivante :

Magazine Un dîner presque parfait
Concours de recettes
46, rue Jacques-Dulud
92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex

ou à l'adresse mail suivante : **undinerlemag@m6.fr**

DE RECETTES

La rédaction du magazine sélectionnera les recettes gagnantes selon leur créativité et leur présentation, et déterminera les gagnants des lots suivants :

1er prix

Une participation à l'émission *Un dîner presque parfait*, sur M6, et votre recette en couverture du magazine.

www.DayzEbook.com

2e prix

Un robot multifonctions (valeur minimale 300 euros).

3e prix

Un blender (valeur minimale 150 euros).

du 4e au 10e prix

La collection de livres *Un dîner presque parfait* (valeur 30 euros).

du 11e au 20e prix

La boîte de jeu *Un dîner presque parfait* (valeur 10 euros).

Participation jusqu'au 30 avril 2010 • Règlement du jeu concours disponible sur undinerpresqueparfait.m6.fr • Visuels non contractuels : D.R., © Granada, Studio 89, Métropole Télévision, Cyril Plotnikoff, Aurélie Blanc.

www.DayzEbook.com

Déco
Plat : Tsé & Tsé
Nappe : La fiancée du Mekong

Le Crumble dans tous ses états !

Pour concilier originalité, esthétisme et simplicité, optez pour le crumble. En version sucrée ou salée, il en existe pour tous les goûts !

Recettes et photos : Cécile et Guillaume Van Santen

Un dîner presque parfait

Recette de Corélie de Paris

l'original

Crumble pommes/poires

dessert | 4 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 30 min | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

Pour la pâte à crumble :
- 150 g de beurre
- 200 g de farine
- 150 g de sucre roux
- 1 c. à c. de noix de muscade

Pour la garniture :
- 4 pommes
- 4 poires
- 70 g de sucre roux
- 1 c. à c. de cannelle

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 210 °C. Dans un saladier, réunissez la farine, le sucre, la noix de muscade et le beurre ramolli. Travaillez tous ces ingrédients avec les doigts afin d'obtenir une pâte assez grumeleuse.
2. Épluchez les pommes et les poires. Coupez-les en petits dés et disposez-les dans un plat à gratin. Saupoudrez de sucre et de cannelle.
3. Émiettez grossièrement la pâte sablée sur les fruits en les recouvrant entièrement. Enfournez pour 30 minutes environ. Servez tiède.

le plus surprenant

Crumble au canard confit et aux patates douces

www.DayzEbook.com

plat 6 personnes Préparation : 30 min Cuisson : 1 h

ACCESSIBLE ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour la pâte à crumble :

- **40 g de beurre**
- **80 g de farine**
- **2 c. à s. de thym**
- **Sel et poivre**

Pour la garniture :

- **2 cuisses de canard confit**
- **2 patates douces**
- **2 échalotes**
- **15 cl de vin rouge**
- **1 noix de beurre**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

Préparez la garniture :

1. Préchauffer le four à 180 °C. Ôtez la peau et les os du canard confit. Émiettez la chair. Pelez et émincez les échalotes. Faites-les suer avec le beurre dans une poêle. Ajoutez le vin et le canard et faites réduire à feu doux jusqu'à évaporation. Réservez.

2. Épluchez et coupez les patates douces. Faites-les cuire dans de l'eau salée pendant 20 minutes. Égouttez et réduisez en purée. Salez et poivrez.

Préparez la pâte à crumble :

3. Malaxez avec les doigts le beurre ramolli et la farine afin d'obtenir un mélange sableux. Ajoutez le thym, salez et poivrez.

4. Étalez le mélange sur une plaque antiadhésive. Faites cuire dans un four à 210 °C jusqu'à obtenir une jolie coloration (30 minutes environ). Sortez la pâte et émiettez-la avec une cuillère en bois. Laissez refroidir.

5. À l'aide d'un cercle, montez une couche de canard, une de purée et une de pâte sablée. Avant de servir, réchauffez 10 minutes à 180 °C.

Déco
Set de table : Cocobohème

www.DayzEbook.com

Crumble aux graines, poulet et ratatouille

plat | 6 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 40 min

ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour la pâte à crumble :

- **40 g de beurre**
- **80 g de farine**
- **60 g de graines (tournesol, pignons de pin, courge…)**
- **2 c. à s. de thym**
- **Sel et poivre**

Pour la garniture :

- **2 beaux blancs de poulet**
- **1 oignon**
- **1 aubergine**
- **2 courgettes**
- **4 tomates**
- **1 gousse d'ail**
- **1 c. à s. de thym**
- **1 feuille de laurier**
- **1 sucre**
- **4 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

Préparez la garniture :

1. Préchauffez le four à 180 °C. Pelez les légumes et coupez-les en dés. Faites revenir l'oignon dans 3 c. à s. d'huile d'olive. Ajoutez l'aubergine et laissez dorer. Incorporez les courgettes et laissez réduire. Versez les tomates, l'ail pressé, le thym, le laurier et le sucre. Salez, poivrez et laissez compoter.

2. Coupez le poulet en petits morceaux et faites-les revenir à la poêle dans 1 c. à s. d'huile d'olive. Réservez.

Préparez la pâte à crumble :

3. Malaxez avec les doigts le beurre ramolli et la farine afin d'obtenir un mélange sableux. Ajoutez le thym, salez et poivrez.

4. Étalez le mélange sur une plaque antiadhésive. Faites cuire dans un four à 210 °C jusqu'à obtenir une jolie coloration (30 minutes environ). Sortez la pâte sablée et émiettez-la avec une cuillère en bois. Laissez refroidir.

5. Dans une poêle, faites dorer les graines à sec tout en surveillant qu'elles ne brûlent pas. Mélangez les graines à la pâte.

6. Dans un plat, montez une couche de ratatouille, une de poulet et une de pâte sablée. Avant de servir, réchauffez 10 minutes à 180 °C.

www.DayzEbook.com

le plus gourmand

Crumble de spéculoos et sa crème au chocolat

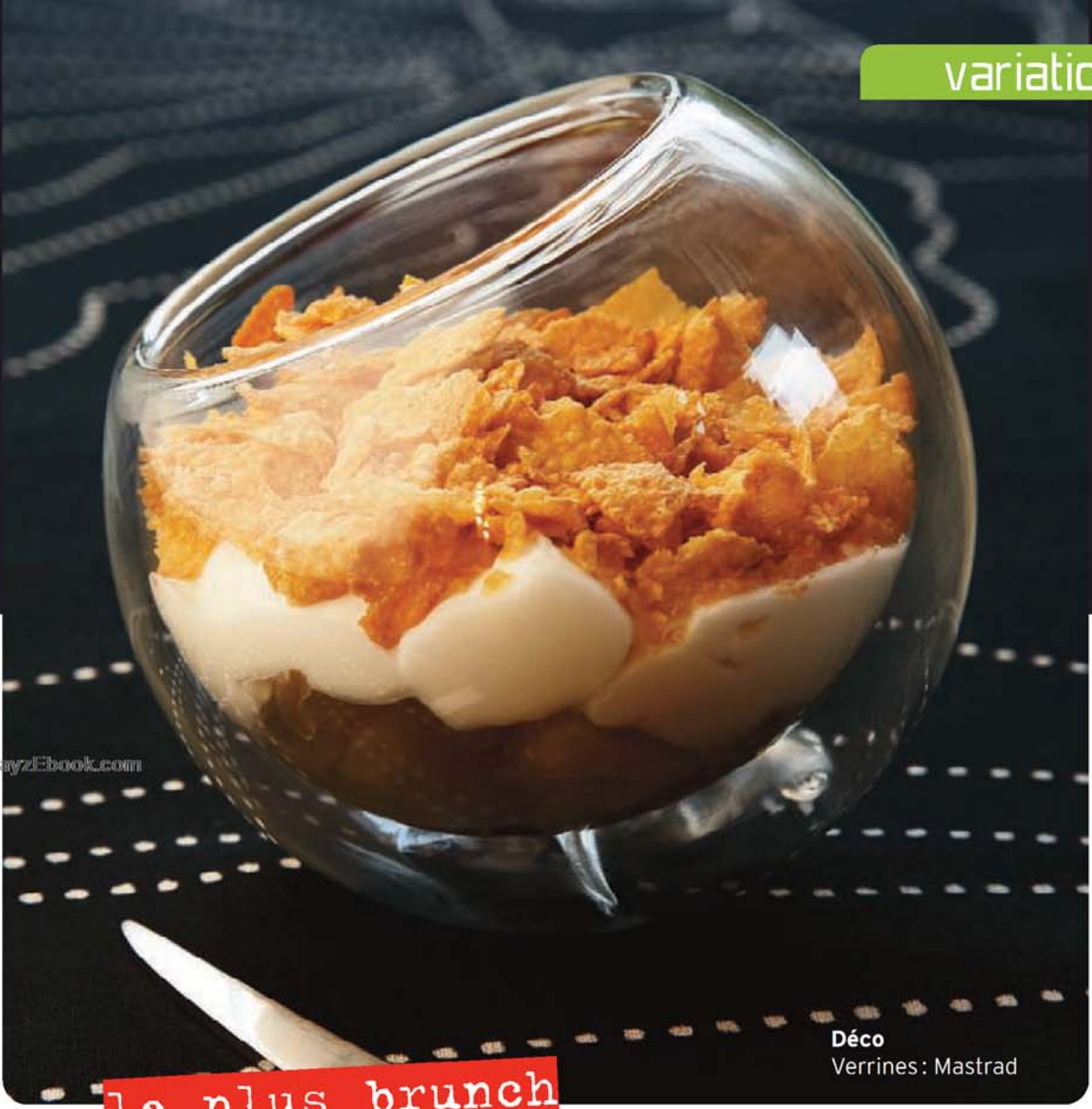
dessert 6 personnes Préparation : 15 min Cuisson : 20 min Réfrigération : 3 h | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **6 spéculoos**
- **100 g de chocolat noir à pâtisser**
- **50 cl de lait**
- **4 jaunes d'œufs**
- **100 g de sucre en poudre**
- **1 pincée de sel**

PRÉPARATION

1. Faites bouillir le lait avec le sel et le chocolat en morceaux. Faites blanchir les jaunes avec le sucre à l'aide d'un fouet. Hors du feu, incorporez le mélange au lait chocolaté.
2. Remettez la casserole à chauffer sur feu doux. Arrêtez-vous quand la crème a bien épaissi et qu'elle nappe la cuillère (attention à ne pas faire bouillir).
3. Versez la préparation dans des verrines et laissez prendre 3 heures au réfrigérateur. Ajoutez les spéculoos concassés avant de servir.



www.DayzEbook.com

Déco
Verrines : Mastrad

le plus brunch

Crumble ananas, fromage blanc et corn-flakes

dessert | 6 personnes | Préparation : 10 min | Cuisson : 5 min | Réfrigération : 2 h | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **400 g de fromage blanc**
- **200 g de corn-flakes**
- **1 ananas**
- **1 citron**
- **1 gousse de vanille**
- **150 g de sucre**
- **1 c. à c. de quatre-épices**

PRÉPARATION

1. Ôtez les feuilles et les écailles de l'ananas. Détaillez la pulpe en petits triangles.

2. Dans une casserole à feu doux, faites compoter l'ananas avec le jus du citron, la gousse de vanille fendue, le sucre et les épices. Laissez refroidir et réservez deux heures au réfrigérateur.

3. Dans des coupelles individuelles, montez une couche de compote, une de fromage blanc (sucré ou non) et une de corn-flakes. Servez.

www.Day4Book.com

Un dimanche chez mamie

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Chacun garde un souvenir ému des déjeuners chez sa mamie, de ses nappes à carreaux, sa vaisselle ébréchée et son petit vin de table. Suivez l'exemple des candidats d'*Un dîner presque parfait*, qui perpétuent des recettes de grand-mère en y ajoutant un soupçon de modernité. Parmentier de canard à la fleur de lavande, pot-au-feu de Saint-Jacques au foie gras, bouillon de poule aux légumes et au quinoa, crème caramel au Carambar… Et si on revisitait les classiques ?

Photos recettes : Studio Guy Renaux

www.Day2Ebook.com

Recette inédite!

Terrine de porc au citron vert et au curry

apéritif | 8 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 2 h | Marinade : 3 h | FACILE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **500 g d'échine de porc**
- **500 g de filet mignon de porc**
- **10 tranches de barde**
- **5 échalotes**
- **2 gousses d'ail**
- **1 c. à s. de curry**
- **6 piments oiseaux séchés et broyés**
- **Le jus de 2 citrons verts**
- **2 œufs**
- **1/2 botte de persil frais**
- **1 citron confit**
- **1 c. à c. de sucre de canne**
- **1 c. à s. de farine**
- **Sel**

PRÉPARATION

1. Coupez l'échine et le filet mignon en petits morceaux (1 cm environ). Mélangez-les avec les échalotes émincées et l'ail haché, le curry, le piment, le jus des citrons, le sucre et du sel.
2. Laissez mariner 3 heures au frais, en remuant la préparation toutes les heures. Ajoutez ensuite les œufs, le persil ciselé, la farine et mélangez soigneusement.
3. Chemisez une terrine avec de la barde et remplissez à moitié de la préparation. Déposez des tranches de citron confit, puis complétez à nouveau avec la viande. Tassez bien et recouvrez avec de la barde.
4. Fermez la terrine avec son couvercle. Faites cuire au bain-marie, dans un four à 200 °C, pendant 2 heures.

www.DayzEbook.com

L'apéritif

Version nostalgie

À chacun ses madeleines : pour beaucoup d'entre nous, les dimanches passés avec grand-père ont aussi le goût du Byrrh, du Lillet, du Dubonnet, du Fernet-Branca, de l'Ambassadeur ou encore du Cinzano. Ces apéritifs retrouvent une nouvelle jeunesse grâce à Internet, où ils sont presque tous en vente. L'abus d'alcool étant dangereux pour la santé, vous pourrez les servir comme ces anciens cafetiers trop près de leurs sous : quelques gouttes dans un verre à cul épais, juste pour la nostalgie…

Un dîner presque parfait

Recette d'Emmanuel de Toulouse

Tarte aux oignons roses

entrée | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 25 min

ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **5 oignons rouges**
- **20 g de beurre**
- **2 c. à c. de sucre**
- **1 c. à s. de vinaigre de framboise**
- **1 pâte feuilletée**
- **300 g de roquette**
- **2 salades carmines**

www.DayzEbook.com

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 220 °C. Pelez et émincez les oignons. Faites-les revenir dans une sauteuse avec le beurre.

2. Incorporez le sucre et le vinaigre de framboise. Laissez réduire à feu doux, pendant environ 2 heures, en remuant régulièrement pour éviter que la préparation n'accroche.

3. Étalez la pâte feuilletée dans un plat à tarte. Déposez les oignons dessus et enfournez pour 25 minutes. Servez avec de la roquette et quelques feuilles de salade carmine.

LEXIQUE

La carmine

Le nom de « carmine » vient de carmin, qui évoque la couleur rouge foncé. Issue d'un croisement entre la chicorée rouge et l'endive, la carmine a un goût légèrement sucré. Composée à 95 % d'eau, elle ne contient que 15 calories pour 100 grammes. À consommer sans hésiter !

Un dîner presque parfait

Recette inédite !

www.DayzEbook.com

Bouchées à la reine au poulet et aux girolles

entrée | 4 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 30 min | FACILE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **4 coques feuilletées**
- **200 g de filet de poulet**
- **250 g de girolles**
- **1 échalote**
- **1 c. à s. de crème épaisse**
- **2 c. à c. de piment d'Espelette**
- **1 c. à c. de curcuma**
- **3 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre du moulin**

PRÉPARATION

1. Préchauffez votre four à 180 °C. Émincez le filet de poulet en petits morceaux. Faites-les sauter dans une poêle, dans 2 cuillerées d'huile d'olive. Saupoudrez du piment d'Espelette et du curcuma. Salez et réservez.

2. Dans une deuxième poêle, faites revenir l'échalote émincée dans 1 cuillerée d'huile d'olive, pendant 3 minutes. Ajoutez les girolles et laissez cuire encore 3 minutes. Salez, poivrez.

3. Incorporez la crème et les morceaux de poulet. Mélangez. Remplissez les coques feuilletées et enfournez pour 10 minutes.

Un dîner presque parfait

Recette inédite !

Bouillon de poule aux légumes et au quinoa

www.DayzEbook.com

entrée 4 personnes Préparation : 15 min Cuisson : 2 h

FACILE ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **4 cuisses de poulet coupées en deux**
- **60 g de quinoa**
- **5 carottes**
- **3 poireaux**
- **3 oignons**
- **2 branches de céleri**
- **4 brins de thym**
- **4 feuilles de laurier**
- **1 tige de citronnelle**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Épluchez, lavez et détaillez les légumes. Regroupez-les dans une cocotte avec 2,5 litres d'eau, le thym, le laurier et la citronnelle coupée en petits morceaux. Salez, poivrez et portez à ébullition.
2. Ajoutez le poulet et laissez cuire encore 1 h 40 à petite ébullition. Préparez le quinoa et réservez.
3. Prélevez la citronnelle de la cocotte. Dans chaque assiette, déposez une grosse cuillerée de quinoa et ajoutez le bouillon fumant.

LEXIQUE

Le quinoa

Le quinoa est une plante cultivée pour ses graines. Riches en protéines, en fer, et pauvres en lipides, celles-ci ne contiennent pas de gluten et sont très digestes. Leur texture fait penser aux œufs de poissons et leur goût à la noisette. Aujourd'hui, on peut trouver du quinoa dans de nombreux magasins, et c'est tant mieux !

ON BOIT QUOI ?

Vin de table ou de pays ne signifie pas forcément piquette ! Pour nous remémorer les bouteilles sans étiquette de nos grands-pères, nous avons demandé aux spécialistes de Wine-Sitting (voir encadré) de nous conseiller quelques vins à petit prix et à grand effet.

Les rouges

Domaine des Marguerites, Le Pin des Marguerites : vin de table de France (4,30 euros).

Domaine la Suffrène : vin de pays du Var 2009 (7,90 euros).

Domaine Montagnac : vin de pays d'Oc 2009 (5,98 euros).

Domaine des Pasquiers : vin de pays du Vaucluse 2006 (4,50 euros).

www.DayzEbook.com

Domaine Fournier, pinot poir : vin de pays de la Loire 2008 (9,40 euros).

Les blancs

Domaine de la Réaltière, Cante Gau : vin de table de France (14,90 euros).

Domaine de la Réaltière, Blanc Public : vin de pays du Var 2009 (8,75 euros).

Domaine la Suffrène : vin de pays du Var 2009 (7,90 euros).

Domaine Montagnac, Éclats : vin de pays d'Oc 2009 (5,98 euros).

Domaine Fournier, sauvignon : vin de pays de la Loire 2008 (7,90 euros).

Domaine La Croix Sainte-Eulalie, Vermentino : vin de pays d'Oc 2009 (6,70 euros).

Domaine La Croix Sainte-Eulalie, Viognier : vin de pays d'Oc 2009 (7,70 euros).

ASTUCE

Trouver la bonne association entre un vin et un plat, c'est réussir à mettre en avant les qualités et les saveurs de l'un, sans écraser l'autre. Les experts de Wine-Sitting vous proposent un test très facile à réaliser pour savoir si l'équilibre est respecté : goûtez le vin, puis le plat, et regoûtez le vin. Si celui-ci vous semble meilleur, c'est que votre mariage fonctionne !

Wine-Sitting

Lancé par Clémence Bechu, une ancienne candidate d'*Un dîner presque parfait*, et Jean-Philippe Haut, Wine-Sitting propose un concept très original : vous aider à constituer votre propre cave. Chaque mois, les deux spécialistes achètent des bouteilles de vin pour le compte de leurs clients, les stockent dans leurs caves et les livrent sur demande. Si vous possédez déjà des bouteilles, le duo peut aussi le conserver chez lui pour le faire vieillir dans les meilleures conditions. *Plus d'informations sur www.winesitting.fr*

www.DayzEbook.com

Pot-au-feu de Saint-Jacques au foie gras

plat | 5 personnes | Préparation : 30 min | Infusion : 2 h | Cuisson : 10 min

FACILE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **15 noix de Saint-Jacques**
- **100 g de foie gras**
- **2 carottes**
- **1 poireau**
- **1 navet**
- **1 bouquet garni**
- **1 cube de bouillon**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Coupez les carottes, le poireau et le navet en petits dés. Portez 2 litres d'eau à ébullition. Faites-cuire les légumes avec le bouquet garni et le cube de bouillon pendant 5 minutes. Salez, poivrez et laisser infuser au moins 2 heures (ou toute une nuit si possible).
2. Escalopez les noix de Saint-Jacques et disposez-les dans les assiettes. Ajoutez 1 tranche de foie gras.
3. Réchauffez le bouillon aux légumes et versez-le, brûlant, sur la préparation. Servez.

Recette de Benoît de Lille

Parmentier de confit de canard à la fleur de lavande

plat	5 personnes	Préparation : 30 min	Cuisson : 25 min	ACCESSIBLE	ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **2 magrets de canard confits**
- **10 grosses pommes de terre**
- **40 cl de lait**
- **3 c. à s. de fleurs de lavande**
- **2 c. à s. d'huile d'anis étoilé**
- **2 fonds de veau**
- **Germes de poireaux**

PRÉPARATION

1. Épluchez les pommes de terre et faites-les cuire à la vapeur pendant 15 minutes. Écrasez-les et ajoutez le lait pour obtenir une purée. En fin de préparation, ajoutez 2 cuillerées de fleurs de lavande et l'huile d'anis étoilé. Réservez.

www.DayEbook.com

2. Délayez les fonds de veau avec 5 cl d'eau. Portez à ébullition, faites réduire la sauce et réservez au chaud.

3. Faites revenir les magrets de canard en dégraissant au maximum lors de la cuisson.

4. Montez le parmentier à l'aide d'un cercle. Superposez une couche de purée, une couche de canard et une autre couche de purée. Saupoudrez de fleurs de lavande. Servez sur des assiettes, avec les germes de poireaux et une ligne de sauce.

À SAVOIR

Où trouver des fleurs de lavande et des germes de poireaux ?

Pas de panique, vous trouverez ces mets subtils partout en France ! Les germes s'achètent frais, dans des enseignes biologiques comme Biocoop ou Naturalia, et parfois même chez Carrefour ! La lavande, quant à elle, peut s'acheter sur Internet. Vous en trouverez à moins de 2 euros sur des sites comme www.cuistoshop.com.

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

Recette de Daniel de l'Essonne

Crépinette de queue de bœuf et foie gras

plat | 5 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 3 h 30 | ÉLABORÉ | COÛTEUX

LE MARCHÉ

- **3 kg de queue de bœuf**
- **400 g de crépine de porc**
- **5 tranches de foie gras cuit**
- **2 carottes**
- **3 oignons**
- **2 gousses d'ail**
- **2 échalotes**
- **1 petite boîte de concentré de tomates**
- **1 fond de veau**
- **50 cl de porto rouge**
- **2 l de vin rouge**
- **1 bouquet de persil**
- **1 bouquet garni**
- **50 g de beurre**
- **3 c. à s. d'huile de tournesol**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Préchauffez votre four à 150 °C.
2. Dans une cocotte, faites revenir la queue de bœuf avec l'huile et le beurre pendant 5 minutes environ. Hors du feu, ajoutez les carottes, les oignons, l'ail, les échalotes, le concentré de tomates, le fond de veau, le porto, le vin rouge, le persil, le bouquet garni, du sel et du poivre. Enfournez la cocotte pour 3 heures.
www.DayzEbook.com
3. Retirez la queue de bœuf de la cocotte, laissez-la refroidir et émiettez-la. Étalez une crépine de porc, garnissez-la de miettes de viande et d'une tranche de foie gras cuit. Refermez l'ensemble.
4. À la dernière minute, faites cuire les crépinettes pendant 10 minutes dans un four à 150 °C et réchauffez la sauce au vin dans une casserole. Servez ensemble.

ALTERNATIVE

La version « rassurante » avec du veau

Si vous voulez tester cette recette avec une viande que vous maîtrisez mieux, essayez avec du veau ! Pour 5 convives, 500 g de veau haché seront nécessaires. Formez des boulettes de viande et enroulez-les de crépine. Suivez les étapes 1 et 2 de la recette (sans la queue de bœuf). Faites dorer les boulettes 10 minutes dans une poêle beurrée. Servez avec les légumes et le jus de la cocotte. Facile !

Recette d'Alain d'Amiens

Tomates farcies à la duxelles

plat | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 20 min | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **10 tomates**
- **800 g de champignons de Paris**
- **2 échalotes**
- **1 citron**
- **1 noix de beurre**
- **2 c. à s. de chapelure**
- **Sel et poivre**

www.DayzEbook.com

PRÉPARATION

1. Préchauffez votre four à 180 °C. Retirez et jetez le pédoncule ainsi que le haut des tomates. Ébouillantez les tomates pendant 10 secondes, égouttez-les et pelez-les. Évidez-les à l'aide d'une cuillère, salez l'intérieur et laissez dégorger à l'envers.
2. Ciselez les échalotes et hachez les champignons. Faites suer les échalotes avec un peu de beurre dans une poêle. Ajoutez les champignons, le jus du citron, du sel et du poivre. Laissez réduire jusqu'à l'évaporation du liquide. Ajoutez 1 cuillerée de chapelure et mélangez.
3. Garnissez les tomates de cette duxelles et recouvrez-les d'un peu de chapelure. Disposez-les sur une plaque et enfournez pour 20 minutes.

ALTERNATIVE

Une autre farce pour mes tomates

Autre recette qui change de la farce classique : les tomates au chèvre. À l'aide d'une fourchette, écrasez du fromage de chèvre frais et mélangez-le à la chair des tomates. Ajoutez un œuf battu, de la menthe, du sel et du poivre. Mélangez et remplissez les tomates évidées, puis enfournez. Simplicité et bon goût assurés !

www.DayZEbook.com

Dans chaque numéro, Grégory vous propose une recette en « pas à pas ». Inspiré par le thème de notre dossier, il a imaginé un poulet à la crème revisité à la mode antillaise, et l'a dédié à Léon, son grand-père.

Recette et réalisation : Grégory Cuilleron - Photos : Studio Guy Renaux

Le poulet « Léon aux Antilles »

www.DayzEbook.com

plat | 6 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 1h15 | FACILE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour le poulet :
- 1 poulet (coupé en 6 morceaux)
- 1 oignon
- 1 citron vert
- 1 tomate
- 40 g de beurre
- 1 jaune d'œuf
- 4 c. à s. de farine
- 50 cl de lait de coco
- 1 l de bouillon de volaille
- 10 cl de vin blanc sec (type chardonnay)
- Sel et poivre

Pour le riz :
- 350 g de riz basmati
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 20 g de beurre
- 1 poignée de coriandre fraîche
- 75 cl de bouillon de volaille
- 2 c. à s. d'huile de pépins de raisin

PRÉPARATION

1 Le poulet
Pelez et coupez l'oignon en quatre. Faites chauffer le beurre dans une cocotte. Ajoutez l'oignon et les morceaux de poulet, et faites revenir à feu vif. Salez et poivrez.

>>

2 Déglacez les sucs avec le vin blanc et laissez réduire 2 minutes.

3 « Singez », les morceaux de poulet. Remuez bien.

LEXIQUE Singer
Cette technique permet de lier une sauce : on saupoudre de farine les aliments que l'on a fait revenir, avant d'incorporer un liquide. Pour que la sauce soit réussie, la farine doit cuire quelques minutes avant l'apport du liquide.

www.Day21book.com

4 Mouillez avec le bouillon de volaille afin que les morceaux de poulet soient recouverts à niveau. Laissez frémir à feu doux pendant 30 minutes, en prenant soin de rajouter du bouillon afin que le poulet ne cuise jamais à sec.

5 **La sauce**
Pelez le citron vert à vif. Glissez la lame d'un couteau le long des membranes et détachez la pulpe. Coupez-la en petits dés. Pelez, épépinez et détaillez la tomate en dés. Dans un cul-de-poule, battez le jaune d'œuf avec le lait de coco.

6 Lorsque le poulet est cuit et le bouillon réduit de moitié, retirez la cocotte du feu. Versez-y la préparation à base de lait de coco et de jaune d'œuf, ainsi que les dés de citron vert et de tomate. Mélangez bien et réservez au chaud.

7

Le riz

Pelez et coupez l'oignon en quatre. Dans une casserole, faites revenir dans le beurre l'oignon et le riz, jusqu'à ce que les grains soient translucides (1 minute environ).

8

www.DayzEbook.com

Versez le bouillon de volaille sur le riz et laissez frémir à couvert pendant 20 minutes environ, jusqu'à l'évaporation complète du bouillon. (Si le riz n'est pas tout à fait cuit alors que le bouillon s'est évaporé, rajoutez un petit peu de liquide et laissez cuire encore quelques minutes.)

9 Pelez l'ail, retirez les germes et hachez les gousses. Faites-les revenir dans l'huile de pépins de raisin (ou toute autre huile neutre). Lorsqu'ils sont bien dorés, retirez les morceaux d'ail du feu et égouttez-les sur un papier absorbant. Hachez les feuilles de coriandre. Une fois le riz prêt, saupoudrez-le d'ail et de coriandre.

Le conseil de Grégory

« Servez le poulet à la crème dans des assiettes creuses et le riz à part, pourquoi pas dans un bol, décoré d'une feuille de coriandre. »

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Recette inédite !

Crème caramel au Carambar et tuiles aux pistaches

dessert | 6 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 45 min | Réfrigération : 2 h

www.DayzEbook.com

ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour la crème :

- **40 cl de lait**
- **12 Carambar**
- **4 œufs**
- **50 g de sucre de canne en poudre**
- **1 c. à c. de cannelle en poudre**

Pour les tuiles :

- **50 g de sucre semoule**
- **50 g de farine**
- **50 g de beurre**
- **50 g de pistaches concassées**

PRÉPARATION

Préparez la crème :

1. Préchauffez le four à 160 °C. Versez le lait et les Carambar dans une casserole et faites fondre à feu doux.

2. Dans une jatte, battez les œufs, le sucre et la cannelle puis incorporez doucement le mélange lait/Carambar. Versez cette préparation dans des verrines adaptées et faites cuire au bain-marie, dans le four, pendant 30 minutes environ. Laissez refroidir, couvrez de film alimentaire et réservez au frais pendant 1 heure.

Préparez les tuiles :

3. Incorporez le sucre et la farine tamisée au beurre fondu. Laissez reposer 1 heure au réfrigérateur.

4. Préchauffez le four à 180 °C. Mélangez les pistaches à la pâte. Sur une feuille de papier de cuisson, réalisez avec cette préparation des cercles de 2 à 3 mm d'épaisseur (prévoyez deux tuiles par personne). Enfournez pour 6 minutes.

5. Laissez refroidir 5 minutes. Décollez les cercles à l'aide d'une spatule puis modelez-les délicatement sur un rouleau à pâtisserie pour leur donner la forme d'une tuile. Servez avec les verrines.

Recette d'Éric de Biarritz

Riz au lait aromatisé au thé vert

www.DayzEbook.com

dessert | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 30 min | Réfrigération : 2 h

FACILE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **280 g de riz rond**
- **1 c. à c. de thé vert matcha**
- **1 l de lait**
- **100 g de sucre**
- **1 barquette de fraises**

PRÉPARATION

1. Faites infuser le thé vert dans le lait bouillant pendant 5 minutes environ. Mélangez bien pour obtenir la couleur verte.

2. Lavez le riz puis versez-le dans une casserole avec l'infusion. Laissez mijoter le tout à feu doux, pendant 15 minutes. Ajoutez le sucre et prolongez de 5 minutes la cuisson.

3. Versez le riz au lait dans des coupelles individuelles et réservez au moins 2 heures au frais. Pour ajouter une touche de couleur, vous pouvez servir le riz au lait avec des fraises coupées en morceaux.

LEXIQUE

Laver le riz

Nettoyez le riz permet d'enlever une bonne partie de l'amidon ainsi que les poussières qui s'y trouvent : son goût n'en sera que meilleur. Les puristes lavent le riz dans une bassine ou une casserole, en mouvements circulaires, et rincent jusqu'à ce que l'eau soit claire (deux ou trois rinçages suffisent).

www.Day24book.com

www.DayzEbook.com

DÉCO
UNE TABLE COMME CHEZ MAMIE

Comment recréer une atmosphère très mamie sans table en formica ? En étant créatif ! Pour nous aider à trouver des idées originales, nous avons fait appel à Stef, la reine des tables décoratives sur Internet.

www.DayzEbook.com

Réalisation :
Les Tables de Stef

Une table qui met en appétit !

On retrouve sur la table de Stef la fameuse nappe à carreaux de nos grands-mères. Le chemin de table ? Un vieux torchon, tout simplement. Stef a placé des chutes de tissus dans des bols qui servent de présentoirs à fruits. Les serviettes de table sont glissées, avec un accessoire de cuisine et une fleur, dans des petits pots ornés d'un ruban en vichy blanc et rouge. Les balluchons miniatures, enroulés autour d'une brindille et posés sur un verre de lait, invitent à remonter le temps.

Centre de table d'antan

C'est une ancienne baladeuse pour maréchal-ferrant qui fait office de centre de table. Les étiquettes qui ornent les bocaux ont été réalisées sur ordinateur, imprimées, puis découpées avec des ciseaux crantés. Des rubans élastiques rouges ont été ajoutés pour parfaire le côté ancien. Les fraises et les cerises sont en plastique et pourront donc resservir sur de prochaines tables !

Porte-noms

Sur une petite ardoise, placez un minimoule à gâteaux, une tartelette au chocolat et le prénom de votre invité.

Couverts couverts

Les couverts sont tout simplement enroulés dans une chute de toile de jute, achetée en jardinerie.

www.DayzEbook.com

Objets chinés

Rouleau à pâtisserie usé, moule à gâteaux ancien, bobine de ficelle passée... Pour donner une âme à sa table, Stef y a déposé des objets chinés depuis plusieurs années. Mais il existe d'autres astuces pour rendre vos convives nostalgiques : par exemple, remplir une bouteille en verre de lait.

Les Tables de Stef

Stéphanie n'est pas décoratrice de profession. Pourtant, les fans se bousculent sur son blog : jour après jour, elle y fait vivre sa passion des arts de la table, à travers des mises en scène assez bluffantes. Cette magicienne de la déco y transmet ses idées et ses nombreuses astuces, prouvant qu'avec de l'imagination, on peut réaliser de très belles tables sans se ruiner ! Et comme c'est une histoire de famille, Pascal, son mari, photographie les fabuleuses tables de sa femme.

lestablesdecorativesdestef.over-blog.com

www.DayzEbook.com

Déco à croquer

Des douceurs comestibles achetées en boulangerie peuvent aussi constituer de très jolies décorations. Cannelés en bouquet et madeleines semblant sortir du four feront succomber vos invités.

10 jeux à sortir du placard

Rangez les consoles de jeux vidéo des enfants ! Chez papi et mamie, on jouait aux petits chevaux, au rami ou au nain jaune. En cherchant bien, vous trouverez forcément l'un de ces jeux caché au fond d'un meuble !

Les dominos

On oublie les records un peu barbants diffusés à la télé et on revient aux fondamentaux : on prend chacun six (si on est quatre) ou sept (si on est deux) dominos et on tente de les enchaîner sur la table – avec les doubles en travers, bien entendu.

Le loto

Si le loto est encore plus sympa dans une salle des fêtes de village, il est très facile d'en faire une version maison. Il vous suffit de fabriquer différentes grilles, de mettre des numéros dans un chapeau et de les tirer les uns après les autres. Vos convives (qui pourront utiliser grains de maïs, boutons ou petits cailloux) devront réaliser un « quine » (cinq chiffres d'une même rangée) ou un carton plein. En revanche, c'est vous qui vous chargerez des lots !

Le jeu de l'oie

Un jeu d'intellos, figurez-vous ! Sur le tracé en forme de spirale du jeu de l'oie, vous trouverez des cases faisant secrètement référence à la mythologie. À part cela, le jeu est simple, convivial et le nombre de joueurs illimité !

Les petits chevaux

Que vous l'appeliez « petits chevaux » ou « jeu de dada », vous y avez forcément passé quelques heures. Et vraisemblablement piqué quelques colères parce que vous n'arriviez pas à obtenir le « 6 » au dé qui permet de démarrer la partie.

Le rami

C'est l'un des grands mystères de notre enfance : pourquoi les grands-mères ont-elles toujours eu une passion pour ce jeu de cartes ? C'est pourtant un peu le bazar : il faut deux jeux de cinquante-deux cartes, quatre jokers et pas mal de place pour étaler les suites.

Le jacquet

Cousin du trictrac ou du backgammon, le jacquet se joue à deux, sur un plateau spécifique que vous pouvez chiner ou bien fabriquer vous-même. Les règles sont moins évidentes que celles des dames, mais une fois intégrées, ce jeu devient vite addictif (il fait des émules depuis 1800) !

La manille

Normalement, qui dit grand-père, dit aussi jeu de belote. Pour varier les plaisirs, essayez-vous à la manille, un dérivé assez amusant et un peu plus simple pour les débutants.

Le nain jaune

Un très vieux jeu (sans doute plus que mamie) qui se pratique avec des cartes et un (joli) plateau à cinq cases. Il accueille jusqu'à huit joueurs et le hasard y a autant de place que la stratégie : bref, le jeu idéal pour se vider la tête à plusieurs.

Le Scrabble

Un incontournable, sur lequel vous avez dû vous creuser les méninges plus d'une fois. Pour placer la barre un peu haut, tentez d'atteindre le Graal : le mot « whiskeys » placé à cheval sur deux « mot compte triple », qui vaut rien de moins que 482 points...

Les dames

Savez-vous que des mathématiciens se disputent sur le nombre de combinaisons différentes au jeu de dames ? Les plus optimistes en ont dénombré la bagatelle de 500 milliards de milliards. Mais le vrai débat est ailleurs : faut-il ou non appliquer la règle du « souffler n'est pas jouer » ?

www.DayzEbook.com

Pour parfaire l'ambiance...

... de la musique, bien entendu ! Wagram, par exemple, a lancé une collection très sympa de compilations, où vous retrouverez des chansons françaises qui vous rappelleront quelques souvenirs.

En fin de soirée... un blind-test !

Qui n'a pas passé quelques heures à s'ennuyer devant la vieille télévision de mamie ? Selon votre âge, vous y avez certainement regardé « Télé dimanche », « Les jeux de 20 heures » ou encore « Récré A2 ». Pour vous remémorer ces moments cathodiques qui sentent un peu la naphtaline, pourquoi ne pas organiser un petit blind-test spécial « émissions disparues depuis très, très longtemps » ? Tous ces génériques sont disponibles sur Internet, notamment sur le site très complet www.coucoucircus.org.

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

un dîner à 2 (et plus si affinités)

Préparer un dîner romantique, c'est souvent le casse-tête. Pour sortir de l'ordinaire, régaler et éventuellement stimuler votre moitié, pourquoi ne pas mettre un peu de piment dans votre cuisine ? Oubliez les cornes de rhinocéros ou autre bois bandé, et testez plutôt le gingembre, les huîtres, l'autruche, les asperges ou les pétales de rose. Tous ces ingrédients à la réputation aphrodisiaque vous promettent une soirée (presque) parfaite…

Photos : Studio Guy Renaux

Cocktail dynamisant au gingembre et au citron

apéritif | 2 personnes | Préparation : 15 min | Réfrigération : 3 à 4 h | Congélation : 12 h | FACILE | ABORDABLE

www.DayzEbook.com

LE MARCHÉ

- **20 cl de litchis en conserve**
- **2 citrons**
- **1 morceau de gingembre frais**
- **2 feuilles de menthe**
- **Rhum**

PRÉPARATION

1. Placez une feuille de menthe avec de l'eau dans un bac à glaçons. Laissez prendre au congélateur au moins 12 heures.
2. Pressez les citrons et mélangez leur jus à 20 cl d'eau. Réservez 2 litchis pour la décoration et mixez le reste avec son sirop et le gingembre râpé.
3. Mélangez le jus de citron au jus de litchi. Ajoutez du rhum à votre convenance et placez au réfrigérateur de 3 à 4 heures.
4. Déposez un litchi au fond de chaque verre, versez le cocktail et ajoutez un glaçon de menthe. Servez aussitôt.

Les vertus aphrodisiaques du gingembre

Le gingembre a un pouvoir suggestif, lié à sa réputation ancestrale. Consommer du gingembre causerait en effet de salutaires flux de chaleur chez l'homme et augmenterait le désir de la femme.

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

Recette de François d'Aix-en-Provence

Bouchées à l'autruche

apéritif | 2 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 15 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **2 feuilles de pâte filo**
- **150 g de filet d'autruche**
- **1/2 gousse d'ail**
- **1/2 c. à c. de gingembre**
- **1/2 piment rouge**
- **1 échalote**
- **Quelques feuilles de coriandre**
- **1 c. à c. de curcuma**
- **1 c. à c. de pâte de curry rouge**
- **50 cl d'huile de friture**

www.DayzEbook.com

PRÉPARATION

1. Découpez le filet d'autruche en lanières. Pressez la gousse d'ail, râpez le gingembre et mélangez le tout à la viande. Faites cuire à la vapeur les morceaux d'autruche pendant 5 minutes environ.

2. Ôtez les graines du piment avec la pointe d'un couteau et couper la peau en lanières. Ciselez finement l'échalote et la coriandre.

3. Dans une casserole, mélangez les morceaux d'autruche avec le piment, l'échalote, la coriandre, le curcuma et la pâte de curry. Faites revenir à feu vif pendant 5 minutes.

4. Découpez les feuilles de pâte filo en deux dans le sens de la longueur. Enduisez légèrement d'huile chaque bande. Disposez un peu de farce au début d'une bande et pliez la pâte en diagonale pour former un premier triangle. Pliez à nouveau par-dessus et ainsi de suite jusqu'à la fin de la bande.

5. Faites frire les bouchées environ 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Servez.

Les vertus aphrodisiaques de l'autruche

Si la viande d'autruche est considérée comme aphrodisiaque par beaucoup, c'est sans doute à cause du mode de vie de ce grand oiseau : l'autruche est polygame et consacre beaucoup d'énergie... à la reproduction !

Un dîner presque parfait

Recette de Corélie de Paris

Huîtres chaudes aux pommes flambées

entrée | 2 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 10 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

www.DayZEbook.com

LE MARCHÉ

- **6 grosses huîtres creuses**
- **1 pomme**
- **15 g de beurre**
- **1 c. à s. de calvados**
- **10 cl de crème fraîche épaisse**
- **2 brins d'aneth**
- **Gros sel**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 240 °C. Épluchez la pomme, retirez le cœur et les pépins, et coupez-la en petits dés. Chauffez le beurre dans une poêle. Faites revenir les dés jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés tout en remuant souvent. Flambez-les avec le calvados réchauffé.

2. Ouvrez les huîtres, retirez-les de leur coquille. Dans chaque coquille creuse, déposez un peu de crème fraîche, une huître et des dés de pomme. Salez et poivrez légèrement.

3. Recouvrez un plat à four d'une couche épaisse de gros sel afin de maintenir les huîtres stables. Déposez les coquilles dessus.

4. Enfournez pour 1 minute. Parsemez les huîtres de quelques pluches d'aneth et servez aussitôt.

Les vertus aphrodisiaques de l'huître

C'est prouvé, les propriétés stimulantes des huîtres viennent du phosphore et de l'iode contenus dans leur chair. Consommer la laitance (le liquide séminal) suffit d'ailleurs à faire naître le désir. La légende raconte que Casanova mangeait des dizaines d'huîtres par jour, afin d'être à la hauteur de sa réputation.

www.Dayzebook.com

ON BOIT QUOI ?

Un vin qui inspire l'amour, c'est presque un pléonasme. Mais certaines cuvées aux noms évocateurs ou issues de régions très romantiques constitueront un clin d'œil à votre dîner en tête-à-tête. Voici la jolie sélection des spécialistes de Wine-Sitting.

Des noms qui évoquent l'amour

Le saint-amour
L'histoire veut que le nom de ce vin soit inspiré d'un soldat romain nommé Amator. Mais ce cru de beaujolais est surtout un moyen direct d'exprimer ses sentiments envers la personne à qui il est servi. Il s'agit d'un vin à la robe de couleur intense, et au nez gras et puissant, marqué par des arômes de kirsch, d'épices et de fruits noirs.
Prix : autour de 10 euros.

www.DayzEbook.com

Cuvée Cupidon 2007, Les Trois Domaines
Un nom de cuvée parfait pour tirer une flèche dans le cœur de l'heureux élu ! Issu du Gers, ce vin exprime élégance et noblesse. À déguster à l'apéritif, en accompagnement d'un foie gras, ou avec n'importe quel dessert.
Prix : autour de 6 euros.

Aphrodite Cabernet Sauvignon Barossa Valley, Australie
Noté 95/100 dans le *Guide Parker*, ce cru du sud australien porte le nom de la déesse grecque de l'amour et vous surprendra par son caractère corsé. Le prix sera d'ailleurs à la hauteur de sa qualité !
Prix : autour de 40 euros.

Un vin réputé aphrodisiaque

Le gewurztraminer
Si l'on en croit les Alsaciens, le cépage gewurztraminer aurait des vertus stimulantes. Si celles-ci ne sont pas forcément prouvées, ce vin est en tout cas le seul de la région à dégager un arôme de rose, symbole de l'amour. Vous le dégusterez à l'apéritif ou en fin de dîner, sur des fromages type munster ou époisses. Essayez par exemple le gewurztraminer 2007 de la maison Trimbach.
Prix : autour de 15 euros.

Des origines très romantiques

Un vin vénitien
Les experts de Wine-Sitting vous conseillent le Monte Dall'Ora Sausto, Classico Ripasso 2004, Valpolicella DOC – un vin dont le cépage valpolicella vous transportera instantanément sous le pont des Soupirs lors d'une promenade en gondole.
Prix : autour de 10 euros.

Un vin hongrois
Partez à la découverte du tokaji, un vin qui doit son nom à la ville de Tokaj, située à environ 200 km au nord-est de Budapest, non loin des frontières slovaque et ukrainienne. Ce nectar vous rappellera les plus belles romances de Sissi l'impératrice. À déguster avec un foie gras ou un dessert.
Prix : autour de 10 euros.

Plus d'informations sur www.winesitting.com

Recette de Nadine de Metz

Velouté de cuisses de grenouilles

www.Dayz2Ebook.com

entrée 2 personnes Préparation : 20 min Cuisson : 25 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **400 g de cuisses de grenouilles**
- **60 g de beurre d'escargot**
- **20 cl de crème liquide**
- **10 g de fécule de pomme de terre**
- **1 cube de bouillon de poule**
- **15 cl de vin blanc moelleux**
- **1 c. à s. d'huile d'olive**

PRÉPARATION

1. Réalisez un bouillon à l'aide de 50 cl d'eau chaude et du cube de bouillon de poule.
2. Désossez les cuisses de grenouilles. Dans une cocotte, faites revenir les morceaux avec l'huile pendant 3 minutes, puis déglacez au vin blanc.
3. Ajoutez le bouillon de poule et faites cuire environ 10 minutes. Mixez. Délayez la fécule de pomme de terre dans 2 c. à s. d'eau froide. Incorporez-la au velouté avec la crème et laissez chauffer un instant.
4. Rajoutez le beurre d'escargot. Laissez-le fondre tout en remuant souvent. Servez chaud.

Les vertus aphrodisiaques des cuisses de grenouilles

Riches en cantharidine (substance qui favoriserait l'érection), les cuisses de grenouilles font partie des aliments réputés aphrodisiaques. Ceux qui entretiennent une aversion pour ces petits batraciens auront au moins une bonne raison de les remettre dans leur assiette !

Recette de Nadège d'Amiens

Cassolette de Saint-Jacques safranée

plat | 2 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 45 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **6 noix de Saint-Jacques**
- **4 crevettes roses crues**
- **4 asperges** www.DayzEbook.com
- **1/2 cube de bouillon de poule**
- **20 g de beurre**
- **20 g de farine**
- **20 cl de crème fraîche**
- **1 dose de safran**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Faites cuire 15 minutes les asperges à la vapeur et réservez les pointes. Réalisez un bouillon à l'aide de 50 cl d'eau chaude et du demi-cube de bouillon de poule.
2. Faites fondre le beurre dans une petite casserole. Versez la farine d'un coup et mélangez bien. Ajoutez le bouillon petit à petit et laissez épaissir sur feu doux. Incorporez la crème et le safran. Salez et poivrez.
3. Placez 3 noix de Saint-Jacques et 2 crevettes roses décortiquées dans chaque cassolette. Nappez de crème safranée et déposez 2 pointes d'asperges dessus.
4. Recouvrez les cassolettes et enfournez à 180 °C pour 15 minutes.

Les vertus aphrodisiaques de l'asperge

Dans l'Antiquité déjà, les Grecs attribuaient aux asperges des vertus aphrodisiaques. Au XIXe siècle, on servait ce légume aux jeunes mariés lors du repas de noces. On ne sait en revanche pas d'où vient cette réputation. Peut-être tout simplement de la forme phallique de l'asperge...

www.DayzEbook.com

www.DayziEbook.com

Recette d'Annick de Bruxelles

Traversée de scampis en pirogue multicolore sur le Nil

plat | 2 personnes | Préparation : 30 min | Réfrigération : 2 h | Cuisson : 1 h

ACCESSIBLE | COÛTEUX

LE MARCHÉ

- **400 g de filets de bar**
- **250 g de scampis**
- **5 poivrons (rouges, verts et jaunes)**
- **3 tomates**
- **1/2 oignon**
- **2 gousses d'ail**
- **1 c. à c. de ras el hanout**
- **1/2 c. à c. de paprika doux**
- **1/2 c. à c. de cumin**
- **3 brins de coriandre fraîche**
- **2 c. à s. d'huile de maïs**
- **1 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Faites cuire les poivrons à la vapeur, retirez leur peau et coupez-les en lanières. Pelez et émincez l'ail et l'oignon. Coupez 1 tomate en dés.

2. Dans une poêle, faites revenir l'oignon dans l'huile d'olive pendant 5 minutes. Ajoutez l'ail et les dés de tomate. Poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. Mixez le tout avec 1 petite poignée de poivrons, la coriandre et 10 cl d'eau. Incorporez l'huile de maïs, le ras el hanout, le paprika et le cumin. Salez et poivrez.

3. Plongez les filets de bar dans cette marinade et réservez au frais pendant au moins 2 heures.

4. Préchauffez votre four à 180 °C. Dans un plat adapté, disposez 2 tomates tranchées et le reste des lanières de poivrons. Ajoutez le poisson avec un peu de sa marinade et enfournez pour 20 minutes.

5. Incorporez les scampis et poursuivez la cuisson encore 10 minutes. Servez chaud.

Les vertus aphrodisiaques de la coriandre

Depuis les *Contes des mille et une nuits*, la coriandre est décrite comme une plante aphrodisiaque. Riche en phyto-œstrogènes, elle exercerait une action stimulante, surtout chez les femmes. Attention, il est recommandé aux hommes de ne pas abuser de la coriandre, au risque de provoquer l'effet inverse !

Mousse au chocolat
et au gingembre confit

dessert	2 personnes	Préparation : 15 min	Cuisson : 5 min	Réfrigération : 3 h

ACCESSIBLE · BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **25 g de gingembre confit**
- **75 g de chocolat noir**
- **2 œufs**
- **Sel**

PRÉPARATION

1. Coupez le gingembre en petits morceaux. Réservez.

2. Faites fondre le chocolat avec un peu d'eau à feu très doux. Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Versez le chocolat fondu sur les jaunes et mélangez énergiquement.

3. Montez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel, puis incorporez-les délicatement à la préparation au chocolat.

4. Versez la mousse dans de jolies coupelles. Placez au réfrigérateur pour au moins 3 heures. Au moment de servir, parsemez la mousse au chocolat de morceaux de gingembre confit. Dégustez.

Vendez mieux votre logement grâce
aux conseils et astuces de Stéphane Plaza

Dans toutes les librairies dès le 3 mars

© 2010, M6 Éditions, Hachette livre (Hachette pratique) • M6 Éditions-RCS Nanterre-B 421 300 849 - Conception : Desjeux Créations®

Recette de Véronique de Lille

Douceur de fleurs de sureau (et sirop de rose)

dessert | 2 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 1h20 | Réfrigération : 10 h | ÉLABORÉ | ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour le sirop de rose :

- **10 pétales de rose**
- **10 g de sucre**

Pour la pâte sablée :

- **60 g de farine de petit épeautre**
- **30 g de sucre de canne complet bio**
- **30 g de beurre**
- **1 œuf**
- **1 c. à c. d'huile d'olive bio**

Pour la crème au sureau et à la rose :

- **4 ombelles de fleurs de sureau**
- **10 pétales de rose (+ 8 pour la décoration)**
- **25 cl de lait bio entier**
- **3 jaunes d'œufs**
- **100 g de sucre**
- **50 g de farine**

PRÉPARATION

www.DevzEbook.com

Préparez le sirop :

1. La veille, portez 10 cl d'eau avec le sucre à ébullition. Ajoutez les pétales de rose et poursuivez le frémissement pendant 10 minutes. Laissez infuser au moins 8 heures. Passez au chinois, puis portez à nouveau le sirop à ébullition. Laissez refroidir et réservez au frais.

Préparez la pâte sablée :

2. Dans un saladier, mélangez la farine avec le sucre, l'œuf et l'huile. Incorporez le beurre ramolli et malaxez avec vos doigts.

3. Étalez la pâte sur une épaisseur d'environ 1 cm. À l'aide d'un moule à crème brûlée, découpez 2 grands ronds dans la pâte et enfournez à 170 °C pendant 15 minutes. Réservez à température ambiante.

Préparez la crème :

4. Maintenez 10 minutes à petite ébullition le lait avec les ombelles de fleurs de sureau et les pétales de rose. Laissez refroidir et passez au chinois.

5. Dans une jatte, mélangez les jaunes d'œufs, le sucre et la farine. Ajoutez le lait au sureau et à la rose. Transvasez dans une casserole et laisser épaissir à feu doux.

6. Versez la préparation dans des moules à crème brûlée et réservez au frais pour au moins 2 heures.

7. Au moment de servir, démoulez chaque crème sur un rond de pâte sablée. Arrosez de sirop et décorez de quelques pétales de rose.

Les vertus aphrodisiaques des pétales de rose

À elles seules, les roses évoquent l'amour et la passion. Si leur effet aphrodisiaque n'est pas scientifiquement prouvé, leur goût délicat et leur beauté apporteront assurément de la poésie dans votre assiette.

www.DayzEbook.com

DÉCO
À DEUX

Quelques bougies ne suffiront pas à créer une atmosphère romantique ! Heureusement, Stef et ses idées lumineuses volent à votre secours pour dresser la somptueuse table d'un dîner inoubliable.

Réalisation :
Les Tables de Stef

www.DayzEbook.com

Le cœur de la table

Le point de départ de cette table, c'est la branche que Stef a ramassée lors d'une balade en forêt et qu'elle a peinte, puis enrubannée par endroits. Mais l'atelier peinture ne s'arrête pas là ! Pour annoncer la couleur, de gros piments ont été peints en doré. La surnappe ? C'est un voilage, habituellement utilisé comme rideau. Les boas, quant à eux, permettent de fermer la table pour créer un espace intime.

www.DayzEbook.com

Faut que ça brille !

Utiliser des matières brillantes permet de refléter la lumière des bougies. Un photophore miroitant, un ruban en organza, ainsi qu'une poignée de paillettes feront scintiller votre table.

Gourmandise décorative

Stef aime les décos comestibles. Ici, du gingembre confit est placé dans des coupes transparentes entourées d'un ruban de couleur marron glacé. Plus loin, quelques Mikado sont disposés dans un verre, à la manière d'un bouquet de fleurs. Si vous tardez en cuisine, votre moitié pourra toujours picorer ces petites douceurs !

Poésie

Des fleurs de la même couleur que la surnappe sont dispersées sur la table, dans des photophores ou des coquetiers. Elles apportent fraîcheur et poésie, à l'instar des petits messages découpés et crantés posés sur les serviettes.

www.DayzEbook.com

Habillage

Une fois la table prête, il serait dommage de tout gâcher avec de vilaines chaises ! Une simple housse et deux nœuds brillants, coordonnés à la décoration de la table, feront la différence !

Retrouvez d'autres tables de Stef sur :
lestablesdecorativesdestef.over-blog.com

LE CARNAVAL

Avec Florence, c'est tous les jours Mardi gras ! L'espiègle cuisinière a imaginé des desserts savoureux à réaliser pour et avec les enfants. Ingrédients masqués et recettes détournées feront la joie de vos petits chefs !

Recettes et réalisation : Florence Rigaud - Texte : Christy Granja - Photos : David Nakache

Un dîner presque parfait

www.DayzEbook.com

DE FLORENCE

www.DayzEbook.com

Un gâteau déguisé en fleur

Quatre-quarts marbré à la rose et à la bergamote

Le quatre-quarts tire son nom du poids égal de ses quatre ingrédients principaux. Pour Mardi gras, Florence a coloré de rouge ce gâteau traditionnel.

LE MARCHÉ POUR 4 PERSONNES

- **4 œufs**
- **200 g de beurre**
- **200 g de sucre**
- **150 g de farine**
- **50 g de Maïzena**
- **Les zestes d'1/2 bergamote**
- **1 c. à c. d'arôme de rose**
- **Colorant alimentaire rouge**
- **Sucre glace**
- **1 pincée de sel**

LE MATÉRIEL

- **Moule en silicone en forme de fleur**

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180 °C.
Tamisez la farine, la Maïzena et le sel.
Séparez les blancs des jaunes d'œufs.
Ajoutez le beurre ramolli aux jaunes, puis fouettez énergiquement.
Incorporez le sucre et la farine tamisée. Mélangez jusqu'à l'obtention d'un appareil homogène.
Montez les blancs en neige.
À l'aide d'une maryse, incorporez un tiers des blancs à la préparation et mélangez délicatement. Réitérez l'opération avec le reste des blancs.
Divisez la pâte obtenue en deux.
Dans une moitié, incorporez les zestes de bergamote. Dans l'autre, quelques gouttes de colorant rouge et l'arôme de rose.
Graissez un moule et versez chacune des pâtes successivement afin de dessiner le marbré du gâteau.
Enfournez pour 45 minutes environ.
Saupoudrez de sucre glace et servez.

À SAVOIR

- La bergamote est un agrume issu du croisement d'une orange et d'un citron vert. Pour cette recette, vous pouvez donc remplacer les zestes de la première par ceux des seconds.
- L'arôme de rose se trouve aisément dans les magasins de cuisine orientale, mais aussi très souvent au rayon « cuisine exotique » des supermarchés.

Des beignets déguisés en étoiles

Beignets de carnaval au sucre coloré

Les cornets faits maison accueillent de drôles d'étoiles à croquer. Les enfants adoreront ce dessert qu'ils peuvent contribuer à élaborer.

LE MARCHÉ POUR UNE CINQUANTAINE DE BEIGNETS

- **300 g de farine**
- **50 g de sucre glace**
- **125 g de sucre en poudre**
- **30 g de beurre**
- **2 œufs**
- **Les zestes d'1 orange**
- **1 c. à s. d'eau de fleur d'oranger**
- **Colorant alimentaire rouge**
- **Huile pour friture**

www.DayzEbook.com

LE MATÉRIEL

- **Emporte-pièce en forme d'étoile**

PRÉPARATION

Mélangez la farine et le sucre glace dans un saladier, puis ajoutez les zestes d'orange. Creusez un puits au centre et déposez-y les œufs, le beurre fondu, l'eau de fleur d'oranger et quelques gouttes de colorant. Pétrissez et formez une boule. Recouvrez la pâte ainsi obtenue d'un film transparent, et laissez reposer 30 minutes.
Avec un rouleau à pâtisserie, étalez la pâte le plus finement possible (environ 2 mm d'épaisseur).
Détaillez la pâte à l'aide de l'emporte-pièce et faites frire les beignets. Réservez sur du papier absorbant et laissez refroidir.
Dans une casserole, portez à ébullition 7 cl d'eau et 100 g de sucre en poudre jusqu'à l'obtention d'un sirop. Laissez tiédir puis trempez rapidement chaque beignet dans le sirop avant de les rouler dans du sucre coloré. Laissez sécher et dégustez.

ASTUCE
Afin d'étirer la pâte le plus finement possible sans effort, l'idéal est d'utiliser une machine à pâtes.

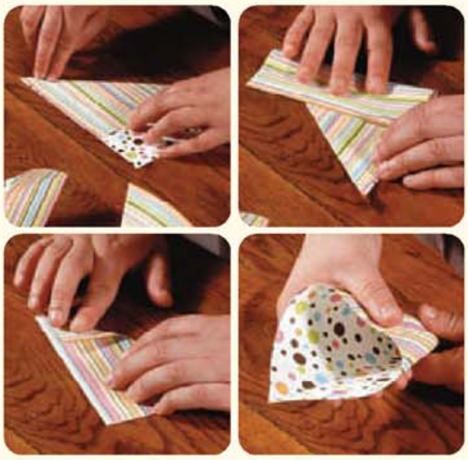
Conseil pour réaliser du sucre coloré :
Versez 25 g de sucre en poudre dans un bocal puis ajoutez 2 ou 3 gouttes de colorant alimentaire. Mélangez afin d'uniformiser la couleur et laissez sécher quelques heures, en remuant de temps en temps. Ce sucre se conservera plusieurs mois dans un endroit sec.

Décoration

Les enfants peuvent également décorer les cornets en papier qui accueilleront les délicieux beignets.

LE MATÉRIEL

- Du papier de couleur ou du papier imprimé découpé en rectangles de 15 cm x 21 cm (format A5)
- Du scotch ou de la colle
- Des gommettes
- Des feutres



RÉALISATION

1. Décorez le papier à votre gré, à l'aide de gommettes, de feutres, etc.
2. Pliez le petit côté du rectangle sur le grand côté.
3. Rabattez le rectangle restant.
4. Fermez le cornet avec le triangle restant.
5. Collez puis ouvrez les parois du cornet pour le garnir (confettis, papier de soie, beignets...).

www.DayzEbook.com

Des fruits déguisés en arc-en-ciel

Smoothie kiwi, mangue, framboise et ananas

Cette recette allie produits équilibrés et palette de couleurs pour créer un dessert à la fois onctueux et étonnant.

LE MARCHÉ POUR 4 PERSONNES

- **4 kiwis**
- **1 mangue**
- **1/2 ananas**
- **150 g de framboises**
- **1 yaourt nature**
- **5 c. à s. de sucre en poudre**
- **8 glaçons**

www.DevzEbook.com

LE MATÉRIEL

- **1 blender**
- **4 verres hauts, type verres à cocktail**

PRÉPARATION

Pelez les kiwis, la mangue et le demi-ananas.
Mixez les kiwis. Ajoutez 2 c. à s. de sucre, puis répartissez délicatement dans le fond des verres.
Mixez la chair de la mangue avec 2 c. à s. de yaourt et 3 ou 4 glaçons, jusqu'à l'obtention d'une préparation lisse et onctueuse. Versez doucement le smoothie de mangue sur la préparation de kiwis.
Mixez les framboises avec 3 c. à s. de sucre, 2 c. à s. de yaourt. Ajoutez 1 ou 2 c. à s. d'eau et mixez de nouveau. Versez délicatement cette préparation épaisse et onctueuse dans chacun des verres.
Mixez l'ananas avec 4 glaçons et 2 c. à s. de yaourt et versez délicatement dans les verres.

Vous pouvez décorer d'une feuille de menthe, de physalis, d'une cigarette russe... Dégustez bien frais avec une paille !

ASTUCES

- Pour que les couches de smoothies ne se mélangent pas, essayez ce « truc » de barman : versez chaque préparation sur le dos d'une cuillère à soupe, en la faisant couler lentement le long de la paroi du verre.
- La quantité de sucre dépend vraiment de la maturité et de la saveur de vos fruits. Goûtez, puis rajoutez du sucre si nécessaire.
- Selon la saison, vous pouvez remplacer certains de ces fruits frais par des fruits congelés.

Des biscuits déguisés en porte-bonheur

Les langues-de-chat surprises de Florence

En référence aux *fortune cookies*, ces petits présents distribués dans les restaurants asiatiques, on glisse dans chaque langue-de-chat un message porte-bonheur ou espiègle.

LE MARCHÉ POUR 15 BISCUITS

- **1 blanc d'œuf**
- **45 g de sucre glace**
- **30 g de farine**
- **30 g de beurre**

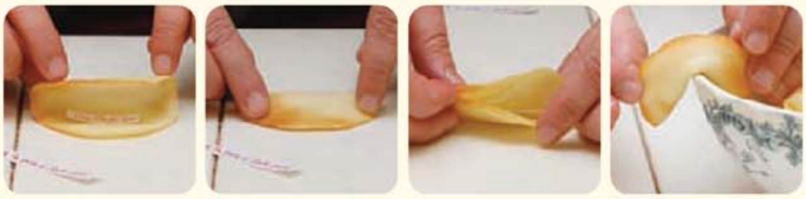
www.DayzEbook.com

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 175 °C.

À l'aide d'un fouet, battez le blanc d'œuf jusqu'à ce qu'il mousse. Ajoutez le sucre glace et fouettez. Incorporez la farine préalablement tamisée et fouettez à nouveau. Versez le beurre fondu et mélangez.

Recouvrez une plaque de four de papier sulfurisé. Déposez 1 c. à c. de pâte pour chaque biscuit. Avec le dos de la cuillère, étalez de manière à former des cercles fins (2 mm d'épaisseur maximum pour un diamètre d'environ 6/8 cm). Les biscuits devront être bien espacés les uns des autres, quitte à les réaliser en plusieurs fournées. Enfournez pour 5 à 10 minutes (la pâte est cuite lorsque les bords commencent à peine à dorer).



Cachez les messages !

Dès la sortie du four, prenez un biscuit. Insérez votre message, puis pliez la pâte en deux de façon à former un demi-cercle. Repliez le biscuit sur le rebord d'un verre ou d'un bol afin de lui faire prendre la forme d'un croissant. Patientez quelques secondes, le temps que le biscuit garde son modelé.

Conseil : répétez l'opération rapidement car les biscuits durcissent très vite.

Décoration des messages

Ce sont évidemment les enfants qui s'en chargent !

RÉALISATION

Découpez une quinzaine de fines bandelettes de papier (format d'environ 4 cm x 1 cm), puis demandez aux enfants d'inscrire des messages sur chacune d'elles. Ces petits mots seront ensuite glissés dans les biscuits.

Quelques exemples pour inspirer les plus jeunes :

Défis : « Imite le cri du cochon », « Fais le tour de la pièce à cloche-pied »...

Blagues : « Deux vers se retrouvent dans une pomme : "Tiens, je ne savais pas que tu habitais aussi dans le quartier" »...

Devinettes : « Quel est le plus léger des crustacés ? Réponse : la palourde »...

Mots d'amour : « Maman, je t'aime »...

www.DayzEbook.com

Eric Lefebvre
Fromager

Tout un fromage

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Le froid s'est installé, c'est l'occasion de continuer à préparer des plats réconfortants ! Croustade de chèvre et sa confiture d'oignons, verrines de tartiflette, mousse de roquefort et poire confite… Les candidats de l'émission vous montrent comment réaliser des merveilles avec du fromage, tandis qu'Éric Lefebvre, meilleur ouvrier de France, vous apprend à le choisir ! Et comme le dirait le corbeau dans la fable de La Fontaine, *« cette leçon vaut bien un fromage sans doute »*…

Photos recettes : Studio Guy Renaux

"Le fromage, c'est comme on veut, quand on veut !"

Sacré meilleur ouvrier de France en 2004, Éric Lefebvre est un fromager affineur qui aime partager sa passion. Petit cours d'initiation, rien que pour vous.

Interview : Claire Mione. Photos : Damien Grenon

www.DayzEbook.com

Que conseilleriez-vous à quelqu'un qui entre pour la première fois dans une fromagerie ?
Éric Lefebvre : De goûter la différence ! De bien observer et de choisir un, deux ou trois fromages, si possible des variétés qu'il a l'habitude d'acheter en supermarché, pour pouvoir comparer.

Comment reconnaît-on un bon fromager ?
Comme tout commerçant, le fromager doit aimer son produit, son métier et les relations humaines (aussi bien avec les producteurs qu'avec les clients). Il faut aussi un peu de psychologie : être capable, dans la discussion, de comprendre ce qu'aiment les gens. Et puis, évidemment, il faut un bon réseau. Le bouche à oreille entre fromagers et producteurs est important : parfois, nous entendons parler d'un produit exceptionnel, nous le commandons tout de suite et nous le conseillons à notre clientèle.

Y a-t-il une différence entre un fromager et un fromager affineur ?
Pas vraiment, car presque tous les fromagers sont aussi affineurs. 98 % des fromagers prennent soin de leurs produits et, à partir de ce moment, sont déjà dans une phase d'affinage. Quand on met ses chèvres sur une grille, qu'on les retourne deux fois par semaine, qu'on possède des caves de différente hydrométrie et qu'on adapte la ventilation, c'est du soin. Cela nous permet de constituer des réserves et de proposer le produit en boutique au meilleur moment.

Existe-t-il une appellation officielle de « fromager affineur » ?
Non. Il y a une appellation de « fromager », qui signifie fabricant et/ou marchand de fromages. On ajoute le terme d'« affineur » parce qu'il y a des produits que les fromagers affinent de A à Z. Par exemple, les charolais arrivent jeunes et nous les gardons le temps qu'il faut. Nous en vendons certains à un mois, d'autres à deux, trois et quatre mois. Quatre affinages différents sont donc proposés en magasin. Certains clients en prennent un de chaque, pour faire une dégustation verticale.

Affinez-vous tout type de fromage ?
Non. Pour les produits que nous ne pouvons pas affiner, nous entretenons un rapport de confiance avec les producteurs. C'est le cas pour le comté.

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

"Si nos clients sont convaincus que les fromages sont meilleurs chez nous, je suis sûr que les trois quarts ne savent pas pourquoi !"

Nous nous rendons sur place pour choisir un lot avec le chef de cave, et nous libérons la marchandise au fur et à mesure des saisons. Même chose pour le roquefort : nous faisons confiance à nos producteurs.

Prenons l'exemple du roquefort justement. Quelle est la différence entre celui du fromager et celui vendu en supermarché ?
La texture. C'est une question de température de conservation. Dans un supermarché, tous les fromages sont conservés à la même température car ces enseignes ne disposent pas de caves – ce qui peut d'ailleurs se comprendre. Chez le fromager, chaque type de fromage est conservé dans une cave différente, à 5, 6, 8, 12 ou 14 °C. C'est là toute la différence ! Mais si nos clients sont convaincus que les fromages sont meilleurs chez nous, je suis sûr que les trois quarts ne savent pas pourquoi !

Y a-t-il, comme pour le vin, des appellations contrôlées pour le fromage ?
Oui. Et avec les AOP (« appellation d'origine protégée »), nous sommes entrés dans une autre dimension qu'avec les AOC (« appellation d'origine contrôlée »). Avant, on ne contrôlait que le processus de fabrication et la zone géographique de la collecte du lait. Aujourd'hui, les normes européennes ont intégré une vraie notion de patrimoine, de tradition et de légitimité géographiques. La feta, par exemple, ne peut plus être produite qu'en Grèce, ce que je trouve très bien.

En France, y a-t-il beaucoup de fromages AOP ?
J'ai arrêté de les compter ! On en est à plus de quarante-six, je crois. Et de nouveaux vont arriver !

En matière de fromage, peut-on parler de « millésime » ?
Ce sont nous, les fromagers détaillants, qui avons tendance à donner des millésimes à des fromages. C'est plus facile pour guider le consommateur. Par exemple, si l'on sent qu'on a affaire à un client qui n'aime pas les goûts trop prononcés, nous allons lui conseiller un comté de 2009, et pas de 2008 ou de 2007. Plus on remonte dans le temps, plus le fromage aura du goût. Il faut aussi savoir que plus le fromage est volumineux, plus l'affinage prend du temps. Voilà pourquoi un fromager gardera un beaufort deux ou trois ans et un rocamadour moins de trois semaines.

Y a-t-il de « bonnes années » pour le fromage ?
On peut le dire dans certains terroirs, comme pour le vin. C'est souvent une question d'alimentation des animaux : si une région a connu la sécheresse, et que les vaches ou les chèvres ont eu peu d'herbe à brouter, leur lait sera de moins bonne qualité.

Manger de saison, est-ce aussi possible avec le fromage ?
Oui ! Le printemps va arriver, et nous allons étendre notre gamme de chèvres : leurs saveurs sont meilleures à cette saison qu'en hiver. Nous commençons à moins proposer de mont d'or pour repartir sur la mozzarella, le camembert, le brie et autres fromages à pâte molle... Mais des phénomènes curieux persistent toujours : le maroilles ou le munster, par exemple, qui révèlent toutes leurs saveurs en été, sont davantage consommés en hiver, car ce sont des fromages de caractère. C'est dommage.

La sélection d'Éric Lefebvre

La fourme de Montbrison

La fourme de Montbrison est un fromage au lait de vache, à la pâte marbrée de bleu et recouverte d'une fine croûte orangée. On la reconnaît à sa forme particulière de cylindre plus haut que large. Ce fromage se marie très bien à la volaille, au jambon ou à la poire.

Le charolais

Fabriqué en Bourgogne selon des techniques traditionnelles, le charolais est un fromage de chèvre de grand format réalisé à partir de lait cru entier. On l'identifie à sa forme cylindrique verticale, légèrement bombée et à sa croûte crème ou bleutée. Le charolais se consomme frais ou sec.

www.Day2Ebook.com

Le chevrotin des Aravis

Ce fromage fermier à pâte légèrement pressée et à croûte lavée est fabriqué avec du lait de chèvre cru entier. La zone de production (massifs alpins des Aravis, mont Blanc et Chablais) est protégée. Ce petit fromage est réputé pour sa texture onctueuse.

Le camembert au cidre

Le camembert de Normandie est un fromage à pâte molle légèrement salée, fabriqué à partir de lait cru de vache. Ici, l'odeur de terroir du fromage le plus célèbre de France est mise en valeur par le cidre, dans lequel le camembert a mariné pendant 24 heures.

Le gaperon d'Auvergne

Dôme de couleur blanche, le gaperon d'Auvergne est tiré de la gape, signifiant « babeurre » en patois auvergnat. Il est fabriqué à base de lait de vache pasteurisé. Son goût unique est dû au sel, au poivre et surtout à l'ail haché qui sont ajoutés à la gape.

Le mothais sur feuille

Le mothais sur feuille est né dans les Deux-Sèvres, où on le fabrique encore de façon fermière. Ce fromage au lait de chèvre, très onctueux, est enveloppé d'une feuille de châtaignier qui « pompe » l'humidité quand il est encore frais et la restitue lorsqu'il se met à sécher.

“

Le printemps va arriver, et nous allons étendre notre gamme de chèvres : leurs saveurs sont meilleures à cette saison qu'en hiver.”

Il faut donc se fier à la sélection de son fromager…
Je pense que c'est le meilleur moyen pour être bien servi quand on n'est pas connaisseur. Il faut dire à son marchand : *« J'aime bien ce fromage, et celui-là. Conseillez-moi le troisième ! »*, ou encore *« Quels sont les trois fromages à goûter cette semaine ? »*. Le fromager est là pour conseiller. Pourquoi vendrais-je de la mozzarella en ce moment alors qu'il n'y a pas de bonnes tomates ?

À quoi sont dues les grosses variations de prix d'un fromager à l'autre ?
Pour commencer, certains endroits sont plus chers en baux commerciaux. Ensuite, il y a la façon dont le fromager travaille. S'il prend soin de ses produits et qu'il les conserve deux semaines de plus qu'un supermarché, il y a évidemment un coût de garde, un coût de personnel pour s'occuper de la cave et des préparations fromagères… Personnellement, je ne me suis jamais focalisé sur les prix des concurrents. Je ne vais pas vendre un produit deux euros de plus sous prétexte que je l'ai vu plus cher ailleurs !

Comment conseillez-vous de conserver le fromage ?
Je ne suis pas contre le fait de mettre son fromage au réfrigérateur, car cela reste quand même le moyen de conservation le plus sûr. Ce qui importe surtout, c'est de sortir ses fromages deux heures avant de les consommer pour qu'ils reviennent à la bonne température. Lorsqu'ils sont froids, les produits ont moins de goût : on n'a rien dans le palais. Le mieux est encore de couper des parts de fromage et de laisser le reste au réfrigérateur, dans l'emballage papier du fromager. Il faut éviter de sortir et de remettre son fromage au frigo, car il va finir par sécher. Sinon, si vous avez la chance d'avoir une pièce fraîche et non pas une cuisine chauffée à 24 °C, la cloche, c'est parfait.

Que trouverait-on sur votre plateau de fromages idéal ?
Du roquefort, du comté, un beau brie de Meaux ou de Melun, un charolais et un chèvre frais – je suis très friand des chèvres tout frais, simplement agrémentés de sel, de poivre, de ciboulette et d'une goutte d'huile d'olive. Il faut se faire plaisir avec au moins cinq des familles principales : les fromages de chèvre (charolais sec ou rocamadour), à pâte persillée (roquefort),

à pâte molle à croûte fleurie (brie, camembert), à pâte molle à croûte lavée (maroilles), sans oublier les fromages à pâte pressée cuite (comté) ou non cuites (salers).

Côté cuisine, y a-t-il des mariages malheureux avec le fromage ?
À part le parmesan, je n'ai jamais trouvé aucun fromage qui se marie avec le poisson. Mais, heureusement, plein d'autres alliances culinaires fonctionnent avec le fromage. Ma femme prépare des lasagnes à base de broccio et de menthe, un plat corse vraiment top !

Que pensez-vous des accompagnements pour fromages, comme les confitures ou les chutneys ?
Personnellement, je n'en suis pas fan, mais pourquoi pas ? J'ai une façon de manger le fromage qui ne correspond pas aux critères en vigueur... J'adore le fromage accompagné d'une salade verte, mais un puriste vous dirait *« pas d'assaisonnement ! »*, parce que l'huile a tendance à s'appliquer le long du palais. C'est donc vrai que le fromage perd un peu de sa saveur, mais j'adore son alliance avec la salade. Au niveau des accompagnements, j'ai récemment découvert le confit d'endives à la bière, servi avec un maroilles : c'est étonnant ! Un mélange également intéressant, bien que très traditionnel, c'est le pyrénnées brebis avec la confiture de cerises noires – toute cette mode des chutneys est d'ailleurs partie de là. Mais, de toute façon, le fromage, c'est comme on veut, quand on veut et avec qui on veut !

**Fromagerie de Paris,
229, rue de Charenton,
75012 Paris.**

www.DayzEbook.com

Le boudin blanc de Rethel au fromage de Langres AOC et herbes fraîches

plat | 4 personnes | Préparation : 10 min | Cuisson : 15 min | FACILE | €€ ABORDABLE

LE MARCHÉ

- **4 boudins blancs de Rethel**
- **1 fromage de Langres**
- **1 bouquet d'herbes fraîches (estragon, cerfeuil et ciboulette)**
- **1 noix de beurre**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 180 °C (position gril).
2. Beurrez le fond d'un plat allant au four et disposez les boudins blancs en les ouvrant aux 3/4 sur la longueur.
3. Écrasez le fromage de Langres à l'aide d'une fourchette et mélangez-le aux herbes fraîches hachées. Salez et poivrez.
4. Garnissez les boudins du mélange au fromage et enfournez pour 15 minutes.

Le fromage de Langres, c'est quoi ?

C'est un fromage orange qui provient de la région Champagne-Ardenne. Sa particularité est d'avoir une croûte creuse. Après avoir rempli ce creux de marc de champagne, on laisse le fromage s'en imbiber.

www.DayzEbook.com

Recette de Benoît de Paris

Croustade de chèvre au lard et sa confiture d'oignons

www.DayzEbook.com

entrée | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 1 h 30 | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **10 feuilles de brick**
- **10 petites tranches de lard**
- **5 petits crottins de chèvre**
- **150 g de mâche**
- **2 oignons**
- **10 g de beurre**
- **150 g de sucre**
- **20 cl de vin rouge**
- **3 c. à s. d'huile d'olive**
- **1 c. à s. de vinaigre balsamique**

PRÉPARATION

Préparez la confiture d'oignons :
1. Pelez et émincez les oignons. Versez-les dans une casserole avec le beurre et faites mousser à feu doux. Ajoutez le sucre et le vin rouge (à hauteur). Laissez réduire pendant 1 heure environ. Réservez à température ambiante.

Préparez les croustades :
2. Préchauffez votre four à 120 °C. Taillez chaque petit crottin en deux dans le sens de la largeur. Sur chaque feuille de brick, posez une tranche de lard et une tranche de chèvre. Roulez le tout en forme de cône et enfournez pour 30 minutes.

Préparez la vinaigrette :
3. Mélangez l'huile d'olive et le vinaigre balsamique. Tapissez chaque assiette de quelques feuilles de mâche et assaisonnez. Posez deux croustades chaudes et une cuillerée de confiture d'oignons dessus. Servez.

ON BOIT QUOI ?

Du pain, du vin, du fromage… un programme en soi. Mais êtes-vous certain de faire le bon choix en sortant votre meilleure bouteille de rouge ? Les explications des spécialistes de Wine-Sitting.

La règle populaire veut qu'au moment du fromage, on sorte un bon vin rouge. Mais bien souvent, c'est le vin blanc qui convient le mieux. Surprenez donc votre entourage en innovant avec des associations qui révolutionneront les idées reçues et feront exploser les papilles.

Association fromage/vin blanc

www.DayzEbook.com

Sur des fromages de chèvre déjà bien affinés, nous vous conseillons de servir des vins blancs très parfumés : un sancerre, un muscadet ou un côtes-de-provence. Ils sublimeront le caractère de vos fromages.

Sur des fromages à pâte cuite (beaufort, emmenthal, gruyère, comté…), vous pouvez associer tout vin blanc sec de montagne (crépy, chignin-bergeron, seyssel, apremont, roussette) ou des vins blancs légèrement moelleux (jurançon ou gaillac).

Sur des fromages à pâte pressée non cuite comme les tête de moine, saint-nectaire, ossau-iraty ou autre tomme de Savoie, préférez un vin blanc de Bourgogne. Le caractère minéral et la finesse de cette boisson ne tueront pas les saveurs subtiles de ces mets.

Sur des fromages à pâte molle à croûte fleurie (camemberts, bries…), servez un sauvignon blanc léger, un pinot blanc, un sancerre, et pourquoi pas un vin blanc sec pétillant (champagne blanc de blanc, prosecco).

Sur des fromages à pâte molle à croûte lavée (munster, pont-l'évêque, époisses), tentez l'alliance parfaite des chablis, gewurztraminer, riesling ou autre muscat d'Alsace.

Association fromage/vin rouge

Sur des fromages frais, tels que la mozzarella, la feta, la brousse ou la ricotta, associez des pinots noirs de Bourgogne ou autres beaujolais légers, comme un chénas ou un régnié.

Sur des fromages à pâte persillée, tels que les bleus, vous pouvez tout à fait proposer des banyuls, rivesaltes ou maury. Leur caractère fort et corsé complétera parfaitement l'identité de ce type de fromages.

Plus d'infos sur le vin sur www.winesitting.fr

LES **2 RÈGLES** DE BASE

- Si vous n'avez pas d'idée, choisissez un vin de la même région que le fromage. Par exemple, un vin jaune du Jura sur un comté ou un gewurztraminer sur un munster.
- Plus le fromage est fort, plus le vin choisi doit être corsé ! Un saint-chinian sur de l'époisses ; un chardonnay du Languedoc, un sauternes ou un banyuls sur du stilton bleu ; un gigondas ou Châteauneuf du Pape (côtes-du-rhône) sur du saint-marcellin très affiné.

Verrines de tartiflette

entrée | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 1 h | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **500 g de pommes de terre (type bintje)**
- **1/2 reblochon**
- **5 fines tranches de lard**
- **1 oignon**
- **1 c. à s. de crème fraîche**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Préchauffez votre four à 160 °C. Déposez les tranches de lard sur une feuille de papier de cuisson. Enfournez pour 30 minutes afin de dessécher le lard et d'obtenir une texture semblable à celle des chips.

2. Pelez et émincez finement l'oignon. Faites cuire les pommes de terre dans de l'eau salée pendant 30 minutes environ. Réduisez en purée. Ajoutez l'oignon émincé et la crème fraîche. Poivrez et salez légèrement (le lard est déjà très salé).

3. Enlevez la peau du reblochon et coupez-le en petits morceaux. Incorporez-les à la purée encore chaude. Remuez bien l'ensemble.

4. Dressez la purée au fromage dans des petits verres, et plantez une chips de lard au centre. Servez.

www.Day2Ebook.com

Recette de Philippe de Chalon-sur-Saône

Cappuccino de petits pois, chips de poitrine fumée et feuilleté au beaufort

www.DayzEbook.com

entrée | 5 personnes | Préparation : 35 min | Cuisson : 1 h 20

FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **500 g de petits pois surgelés**
- **5 tranches de poitrine fumée**
- **300 g de beaufort**
- **1 pâte feuilletée**
- **1 l de bouillon de volaille**
- **10 cl de crème liquide**
- **100 g de beurre**
- **75 g de farine**
- **25 cl de lait**
- **4 œufs**
- **1 c. à c. de paprika**
- **Sel**

PRÉPARATION

Préparez le cappuccino :

1. Dans une casserole, portez le bouillon de volaille à ébullition puis plongez-y les petits pois. Laissez cuire pendant 10 minutes environ. Réservez le bouillon. Égouttez les petits pois et arrosez-les d'eau glacée pour stopper la cuisson et fixer la couleur.

2. Mixez les petits pois avec deux bonnes louches de bouillon. Passez au tamis pour enlever les peaux. Délayez en ajoutant peu à peu le reste du bouillon, jusqu'à l'obtention d'une consistance fluide et veloutée. Salez si nécessaire.

3. Montez la crème liquide en chantilly. Réservez au frais.

Préparez les feuilletés :

4. Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et laissez cuire pendant 20 minutes à feu très doux. Délayez avec le lait et laissez bouillir 5 minutes.

5. Coupez le beaufort en fines lamelles. Hors du feu, ajoutez les œufs battus, puis le beaufort.

6. Préchauffez votre four à 210 °C. Étalez la pâte feuilletée et découpez des carrés de 10 cm de côté. Déposez une grosse cuillerée de la préparation au centre de chaque carré et relevez les pointes. Enfournez pour 20 minutes.

Préparez les chips :

7. Faites chauffer une poêle à sec. Déposez les tranches de poitrine fumée et faites-les dorer 5 minutes de chaque côté. Épongez sur un papier absorbant et réservez au chaud.

8. Faites à nouveau frémir le cappuccino de petits pois et ajoutez la chantilly. Mélangez délicatement. Versez dans des verrines et saupoudrez de paprika. Servez avec un feuilleté au beaufort une chips de poitrine fumée.

Tarte aux poireaux et au camembert

plat | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 45 min | FACILE | BON MARCHÉ

www.DayzEbook.com

LE MARCHÉ

- **1 pâte feuilletée**
- **2 poireaux**
- **1 camembert fermier**
- **3 œufs**
- **40 cl de lait concentré non sucré**
- **1 noix de beurre**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 200 °C. Coupez les poireaux en rondelles et lavez-les. Épongez-les et faites-les revenir à la poêle, dans le beurre, pendant 5 minutes.
2. Battez les œufs jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Ajoutez le lait concentré, du sel, du poivre et mélangez.
3. Coupez le camembert en petits morceaux.
4. Étalez la pâte feuilletée dans un plat à tarte et piquez-la. Disposez les poireaux, les bouts de camembert et versez le mélange œufs/lait dessus. Enfournez pour 40 minutes.

www.DayzEbook.com

Recette inédite!

www.DayzEbook.com

Brie pané aux endives

plat | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 35 min | FACILE | BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **500 g de brie**
- **3 endives**
- **150 g de noisettes mondées**
- **100 g de raisins secs**
- **1 œuf**
- **1 noix de beurre**
- **5 c. à s. de chapelure**
- **1 c. à c. d'huile d'arachide**
- **Huile de tournesol**
- **Sel et poivre**

PRÉPARATION

1. Passez les noisettes au mixer, puis ajoutez la chapelure à la poudre obtenue. Dans un bol, mélangez l'œuf, l'huile d'arachide, 1 c. à c. d'eau, du sel et du poivre. Coupez le brie en cinq morceaux. Passez chaque morceau dans la préparation, puis dans la panure (renouvelez l'opération si nécessaire). Réservez au réfrigérateur.

2. Émincez les endives en rondelles d'1 cm d'épaisseur. Dans une poêle, faites fondre le beurre. Mettez les endives à cuire à feu doux et à couvert pendant 30 minutes environ. Remuez de temps en temps pour que les feuilles se détachent. Ajoutez les raisins secs en fin de cuisson. Salez et poivrez.

3. Faites revenir les morceaux de brie 5 minutes dans une poêle huilée ou dans une friteuse. Dressez les endives sur les assiettes, posez une part de fromage pané dessus et servez immédiatement.

Retrouvez les plus belles merveilles du monde dans le livre Pékin Express

www.DayzEbook.com

2009 © M6 Éditions - RCS Nanterre - 421 300 842

Une invitation au voyage !

www.DayzEbook.com

Recette de Denis de Paris

Mousse de roquefort et poire confite, terrine aux trois chocolats

dessert | 5 personnes | Préparation : 1 h | Cuisson : 1 h | Réfrigération : 13 h | Congélation : 30 min

ACCESSIBLE | ABORDABLE

LE MARCHÉ

Pour la mousse de roquefort :

- 1 poire
- 140 g de roquefort
- 15 cl de crème liquide
- 2 c. à s. de sucre
- 5 tuiles aux amandes

Pour la terrine aux trois chocolats :

- 80 g de chocolat noir à 70 % de cacao
- 100 g de chocolat au lait
- 120 g de chocolat blanc
- 3 feuilles de gélatine
- 4 jaunes d'œufs
- 90 cl de crème chantilly
- 70 g de sucre en poudre

PRÉPARATION

Préparez la terrine :

1. Portez à ébullition le sucre en poudre dans 1 c. à s. d'eau. Une fois le sucre dissous, versez ce sirop dans un saladier sur les jaunes d'œufs et fouettez jusqu'à complet refroidissement.

2. Faites fondre le chocolat noir au bain-marie. Dès qu'il est fondu, rajoutez 1 feuille de gélatine, mélangez et retirez du feu. Incorporez 1/3 de la préparation aux jaunes d'œufs et 30 cl de crème chantilly. Chemisez cinq ramequins avec du film alimentaire et répartissez la mousse au chocolat au fond. Laissez prendre 15 minutes au congélateur, puis répétez l'opération avec le chocolat au lait, et avec le chocolat blanc. Réservez 12 heures au réfrigérateur.

Préparez la mousse :

3. Épluchez la poire, coupez-la en cinq et enlevez les pépins. Placez les morceaux dans une casserole avec 10 cl d'eau et le sucre. Faites confire 30 minutes à feu doux, puis laissez refroidir.

4. Émiettez le roquefort et poivrez-le. Fouettez la crème liquide bien froide en chantilly, puis incorporez le roquefort. Mélangez délicatement.

5. Répartissez la mousse dans des verrines et rajoutez une tranche de poire. Réservez au frais pour au moins 1 heure.

6. Avant de servir, démoulez la terrine. Servez accompagnée de la mousse de roquefort et, si vous le souhaitez, de tuiles aux amandes.

www.DayzEbook.com

Un frigo presque parfait

www.DayzEbook.com

Ce n'est parce qu'il y fait froid que vos aliments vont se conserver tous seuls ! Votre frigo est certes votre meilleur allié en cuisine, mais il est aussi l'un des plus exigeants, sous peine de risquer l'intoxication. Pour éviter les mauvaises surprises, retrouvez dans notre dossier pratique tous les conseils pour le ranger, le nettoyer et l'équiper.

Photos : Fotolia et D.R.

5 règles d'or pour bien ranger son frigo

Tout le monde range son frigo machinalement. Pourtant, il faudrait se débarrasser de nombreuses vilaines manies !

1 Chaque produit au bon étage

La température moyenne d'un réfrigérateur, c'est 5 °C. Cette température varie entre 0 °C et 10 °C selon les zones, en fonction de la distance par rapport à la source de froid. La zone la plus froide n'étant pas toujours placée au même endroit, vous devrez vous référer à la notice de votre réfrigérateur pour l'identifier. Chaque type d'aliment doit être conservé à la bonne température pour éviter la prolifération de microbes, comme les salmonelles.

Avant d'entamer le rangement de vos produits, veillez donc à conserver ces zones à l'esprit !

- Zone froide (entre 0 °C et 3 °C) : la viande et le poisson crus, les fruits de mer, la charcuterie, les laitages entamés, les jus de fruits frais, les produits en cours de décongélation.
- Zone fraîche (entre 4 °C et 6 °C) : les produits cuisinés, les laitages non entamés, le fromage, les pâtisseries, les fruits et légumes cuits, les sauces maison.
- Bac à légumes (entre 8 °C et 10 °C) : les fruits et les légumes frais, le fromage en cours d'affinage.
- Porte (entre 6 °C et 8 °C) : les boissons, les œufs, le beurre, les condiments.

www.DayzEbook.com

2 Des aliments propres

On ne doit jamais ranger d'aliments sales dans son frigo ! C'est surtout valable pour les herbes aromatiques et les légumes souillés par de la terre. Les pesticides, bactéries et autres micro-organismes situés sur un légume peuvent en effet se répandre et contaminer très facilement tous les autres aliments placés dans le même bac ! Idem pour les produits emballés : s'ils ne vous semblent pas propres, n'hésitez pas à les nettoyer pour éviter que les germes ne prolifèrent.

Astuce

Le truc de grand-mère :

pour éviter les mauvaises odeurs, placez dans votre frigo un bol de lait chaud qui les absorbera.

3 Le bon emballage

On a tendance à ranger tels quels nos produits au réfrigérateur. Or, il faut ôter tout emballage superflu, susceptible d'apporter son lot de poussières et d'autres ennemis dans le frigo. Il est donc conseillé d'enlever l'emballage carton des yaourts, par exemple. De plus, certains emballages sont mal adaptés aux produits

qu'ils protègent. Ainsi la viande doit être emballée dans du film alimentaire pour être bien conservée. Idem pour les bols, assiettes, saladiers et autres boîtes ouvertes.

4 Organisation par section

Une fois que chaque catégorie d'aliments est au bon étage et bien emballée, l'organisation commence. Première étape : ne pas surcharger l'espace. Plus vous mettrez de denrées dans votre frigo, moins celui-ci réfrigérera ! Évitez aussi de mélanger produits crus et conditionnés. D'une manière générale, les produits ne doivent pas se toucher, pour éviter une contamination par contact. Enfin, placez toujours les articles se périmant le plus vite devant. Ainsi, vous éviterez d'oublier votre pot de crème fraîche au fond du réfrigérateur !

5 La chaîne du froid respectée

www.DayzEbook.com

Rompre la chaîne du froid, c'est provoquer la multiplication éclair des nombreuses bactéries présentes dans le frigo. C'est pourquoi il est préférable d'anticiper le rangement de vos produits avant d'ouvrir la porte. Autre mauvaise habitude qui nuit à la chaîne du froid : placer au réfrigérateur des plats encore chauds. Pour une conservation idéale, il faut attendre deux heures avant de mettre un plat déjà cuisiné au froid.

À savoir

L'entretien

Pour bien faire, il faudrait nettoyer son réfrigérateur deux fois par mois, à l'eau savonneuse, et rincer avec de la javel diluée. Pour le nettoyage au quotidien, c'est le vinaigre blanc qu'il faudrait privilégier. Le dégivrage, quant à lui, devrait être réalisé tous les trois mois. Si cette fonction n'est pas automatique, on peut utiliser un sèche-cheveux pour accélérer la fonte de la glace. Dégivrer n'est pas qu'une question d'hygiène, c'est aussi une manière de réaliser des économies. Car plus un réfrigérateur est givré, plus il consomme d'électricité !

Au frigo ou pas ?

Pour ne plus hésiter entre température ambiante et réfrigération, voici des petits mémos !

out À l'air libre

La moutarde

Les puristes préfèrent une moutarde à température ambiante : elle perdrait de sa saveur au frigo. Mais certains amateurs estiment que le froid préserve son piquant.

www.DayzEbook.com

Le ketchup

Si mettre le ketchup au frais permet de le garder un peu plus longtemps, ce n'est pas non plus une obligation !

L'oignon, l'ail et l'échalote

Ces trois condiments préféreront une conservation au sec et à l'abri de la lumière.

Le saucisson sec

Pour conserver son saucisson sec de manière traditionnelle, mieux vaut le pendre dans un endroit sec et aéré.

Les pommes de terre

Le meilleur endroit pour conserver les patates, c'est un lieu sec, à l'abri de la lumière.

Les fruits

À part pour quelques variétés comme le raisin ou les fruits rouges, la température ambiante est tout à fait recommandée. Agrumes, bananes, kiwis, melons, pommes ou poires peuvent donc s'épanouir à l'air libre. Seul avantage du frigo : il permet une conservation plus longue.

in Au frais !

Les œufs

Si les œufs sont l'objet d'un vaste débat, la science a tranché : ils se conservent bien mieux au frigo !

La confiture

Lorsque le pot est ouvert ou la confiture peu sucrée, direction le réfrigérateur !

Le café

Placez le café en haut du frigo et ses essences se dégraderont moins vite !

www.DayzEbook.com

Les olives

Après ouverture, vos olives se conserveront mieux dans la porte de votre réfrigérateur.

Les légumes

Artichauts, asperges, aubergines, brocolis, carottes, champignons, courgettes, laitues... tous aiment le froid ! Seules quelques exceptions supportent très bien la température ambiante : l'avocat, la tomate ou le potiron.

Le sirop

Sirops de menthe ou de grenadine entamés se garderont de préférence au frais pour garder toutes leurs saveurs.

On fait le point

Les dates de péremption

Comment sont calculées les dates de péremption ? Peut-on consommer un produit dont la date est dépassée ? Quels sont les aliments les plus dangereux ? On fait le point !

www.DayzEbook.com

Comment lire l'étiquette ?

Selon la loi, l'étiquette des produits alimentaires doit comporter *« la date jusqu'à laquelle la denrée conserve ses propriétés spécifiques, ainsi que l'indication des conditions particulières de conservation »*. Devant cette formulation un peu floue, les professionnels ont créé deux types de dates.

La date limite de consommation (DLC)

Elle est indiquée par la mention *« à consommer jusqu'au... »* suivi du jour, du mois et de l'année. Cette mention est obligatoire pour les produits périssables : au-delà de cette date, les aliments présentent en effet un danger immédiat pour la santé (salmonellose, listériose, etc.). Il ne faut donc jamais la dépasser.

La date limite d'utilisation optimale (DLUO)

Présentée sous la forme *« à consommer de préférence avant... »*, elle n'est donnée qu'à titre indicatif et concerne uniquement certains produits (boissons, conserves, café, etc.). Passé cette date, le produit peut encore être consommé, mais ses qualités gustatives et nutritionnelles ne sont plus garanties : les gâteaux seront plus secs, le jus de fruits perdra ses vitamines, etc. Mais même si le risque est plus limité, la prudence veut que l'on évite de consommer un produit dont la DLUO est dépassée.

Existe-t-il une marge de quelques jours ?

La date limite de consommation est calculée en laboratoire : le produit est soumis à des tests de vieillissement pour évaluer à quel moment la quantité de bactéries est trop importante pour qu'il soit consommé. En général, les laboratoires gardent quelques jours de sécurité, pour prévoir des anomalies de conservation par le consommateur (rupture de la chaîne du froid par exemple). On peut donc consommer sans trop de risques un produit 24 heures après sa date limite de consommation. Toutefois, le risque dépend du produit : quelques jours après sa DLC, un yaourt deviendra simplement acide, tandis que de la charcuterie ou du poisson cuisiné deviendront franchement dangereux !

www.DayzEbook.com

Un produit ouvert conserve-t-il la même DLC ?

Absolument pas ! La date limite est calculée pour des conditions normales d'utilisation : produit placé au réfrigérateur, fermé hermétiquement, etc. Dès qu'un produit type laitage, charcuterie ou viande a été entamé, vous avez 48 heures pour le consommer, quelle que soit sa date limite de consommation.

Peut-on congeler un produit bientôt périmé ?

Oui, mais en prenant vos précautions. Il convient de noter sur une étiquette le nombre de jours restants avant la date limite de consommation : une fois décongelé, c'est également le nombre de jours qu'il vous restera pour manger le produit. En revanche, ne congelez jamais un aliment dont la date limite de consommation est dépassée. Même si la congélation stoppe la multiplication des bactéries, elle ne tue pas celles qui sont initialement présentes ! Lors de la décongélation du produit, leur prolifération reprendra même plus rapidement et vous courrez le risque d'une intoxication alimentaire.

À savoir

On jette !

Il arrive qu'un produit non périmé ait une allure bizarre : on nettoie ou on jette ? Voici une liste (non exhaustive) des denrées qui doivent filer directement à la poubelle.

- Pain, céréales ou fruits secs présentant des traces de moisissure : celle-ci peut se révéler extrêmement nocive.
- Viandes et charcuteries dont l'emballage plastique a gonflé : c'est le signe d'une fuite qui peut avoir permis à des germes de se développer.
- Produits riches en eau présentant des traces de moisissures, comme les soupes, les jus et les compotes.
- Boîtes de conserves dont le couvercle a bombé : c'est sans doute le signe d'une présence importante de bactéries.
- Viandes et volailles à l'odeur suspecte ou à l'aspect gluant : la présence de salmonelles est possible.

Shopping

Des accessoires malins et (presque) indispensables pour votre cuisine.

www.DayzEbook.com

1. Sticker de frigo. En ardoise pour noter ses courses. Existe également avec des motifs design et amusants. *39 euros, www.idzif.com.* **2. Couvercles extensibles.** À utiliser sur des bocaux, des saladiers ou directement sur des fruits ou légumes. *Lékué, à partir de 12,50 euros le pack de deux.* **3. Balles de conservation.** À base de charbon de bois, elles se placent simplement au frigo pour prolonger la fraîcheur des produits frais. *Mathon, 6,99 euros.* **4. Bac à glaçons couvert.** Idéal pour éviter les odeurs et autres dépôts sur vos glaçons. *Mastrad, 9 euros.*

5. Carafe filtrante Navelia. Grâce à son design en forme de losange, elle se range en diagonale et se fait toute petite dans la porte du frigo. *Brita, 17 euros.* **6. Conservateur à herbes.** Cette miniserre empêche vos herbes de sécher tout en les protégeant de l'humidité ! *Cuisipro, 25,90 euros, www.kookit.com.* **7. Boîtes Mini-Max.** Faciles à ranger : écrasez-les et elles deviendront aussi plates qu'une limande. *Tupperware, à partir de 8,99 euros.* **8. Tapis de rangement.** Pour que vos bouteilles et autres canettes arrêtent enfin de rouler dans le réfrigérateur. *Mode Product Design, 6 euros.* **9. Sacs à légumes.** Simple et génial : on entre l'ail, les oignons et les pommes de terre par le haut, ils ressortent par le bas. *Mastrad, 20 euros le lot de trois.* **10. Boîtes Top.** S'ouvrent et se referment en un seul geste. *Oxo, à partir de 4,90 euros.*

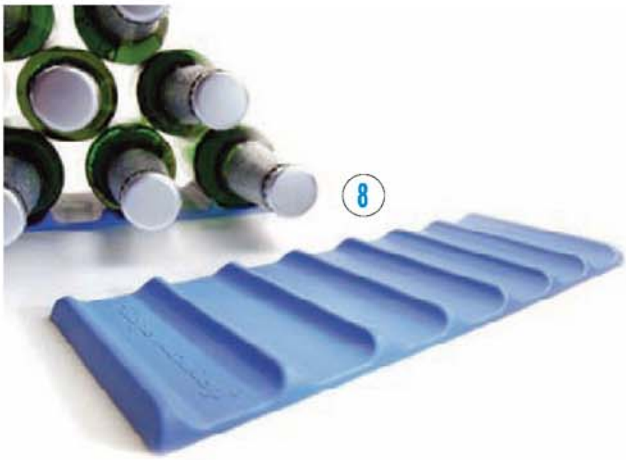
5

6

7

www.DayzEbook.com

8



9

10

Un dîner PRESQUE parfait

Index des recettes

Apéritifs

- Terrine de porc au citron vert et au curry 45
- Cocktail dynamisant au gingembre et au citron 74
- Bouchées à l'autruche 77
- Smoothie kiwi, mangue, framboise et ananas 99

Entrées

- Velouté de topinambours 17
- Tartare de Saint-Jacques, thon rouge et langoustines, et son caviar de hareng fumé 29
- Tarte aux oignons roses 46
- Bouchées à la reine au poulet et aux girolles 48
- Bouillon de poule aux légumes et au quinoa 49
- Huîtres chaudes aux pommes flambées 78
- Velouté de cuisses de grenouilles 81
- Croustade de chèvre au lard et sa confiture d'oignons 111
- Verrines de tartiflette 113
- Cappuccino de petits pois, chips de poitrine fumée et feuilleté au beaufort 115

www.DayzEbook.com

Plats

- Gratin de topinambours 17
- Merlans frits 19
- Filets de merlan en papillote 19
- Turbot poêlé et son soufflé de pommes de terre, fumet de poisson aux épinards 31
- Crumble au canard confit et aux patates douces 38
- Crumble aux graines, poulet et ratatouille 39
- Pot-au-feu de Saint-Jacques au foie gras 51
- Parmentier de confit de canard à la fleur de lavande 52
- Crépinette de queue de bœuf et foie gras 55
- Tomates farcies à la duxelles 56
- Poulet « Léon aux Antilles » 59
- Cassolette de Saint-Jacques safranée 82
- Traversée de scampis en pirogue multicolore sur le Nil 85
- Boudin blanc de Rethel au fromage de Langres AOC et herbes fraîches 109
- Tarte aux poireaux et au camembert 116
- Brie pané aux endives 118

Desserts

- Trilogie de chocolat 33
- Crumble pommes/poires 37
- Crumble de spéculoos et sa crème au chocolat 40
- Crumble ananas, fromage blanc et corn-flakes 41
- Crème caramel au Carambar et tuiles aux pistaches 63
- Riz au lait aromatisé au thé vert 64
- Mousse au chocolat et au gingembre confit 86
- Douceur de fleurs de sureau (et sirop de rose) 88
- Quatre-quarts marbré à la rose et à la bergamote 95
- Beignets de carnaval au sucre coloré 96
- Langues-de-chat surprises 100
- Mousse de roquefort et poire confite, terrine aux trois chocolats 121

indigo Productions présente
LE MEILLEUR DE L'AFRIQUE DU SUD...
RICHARD LORING'S
AFRICAN FOOTPRINT
CASINO DE PARIS
DU 9 AU 14 MARS & DU 6 AU 11 AVRIL 2010
ET EN TOURNÉE DANS TOUTE LA FRANCE
NIORT > SAM. 6 MARS / TOULOUSE > DIM. 7 MARS / AIX LES BAINS > MAR. 16 MARS / SAINT CLAUDE > JEU. 18 MARS
LIMOGES > VEN. 19 MARS / LILLE > DIM. 21 MARS / PAU > VEN. 26 MARS / MONTPELLIER > SAM. 27 MARS
BORDEAUX > DIM. 28 MARS / BIARRITZ > LUN. 29 MARS / NANTES > MAR. 30 MARS / LYON > JEU. 1er AVRIL
DIJON > VEN. 2 AVRIL / MARSEILLE > SAM. 3 AVRIL
RÉSERVATIONS : 08 926 98 926* - 0 892 683 622*
CASINO DE PARIS - FNAC - TICKETNET - CARREFOUR - AUCHAN - LECLERC - VIRGIN MÉGASTORE - GALERIES LAFAYETTE - AGENCES ET POINTS DE VENTES HABITUELS
www.casinodeparis.fr
www.fnac.com
Extraits et informations complémentaires sur www.indigo-productions.net
Photo : Florent Michel, D.R.
*0,34 €/min Licences 19503 - 19504
M6EVENEMENTS.FR
Directsoir
fnac.com
INDIGO PRODUCTIONS
www.indigoprod.net
PARIS MATCH
france bleu

Les galettes bretonnes de Guilherme

Si, toute l'année, Guilherme régale ses amis avec ses galettes bretonnes, c'est qu'il est très soucieux de perpétuer les savoureuses traditions familiales. Sa meilleure alliée ? Tata Dédée.

« Depuis toujours, ma famille se réunit autour d'un plat simple et convivial : la galette de sarrasin. C'est un plat populaire traditionnel, originaire du centre de la Bretagne et réalisé à base de farine de blé noir. Les galettes sont aujourd'hui à la carte de nombreuses crêperies et souvent confondues avec les crêpes salées qui, elles, sont réalisées à base de farine de froment. La recette originale, transmise de génération en génération, je la tiens de ma Tata Dédée. Et tous les enfants de la famille s'y sont essayés ! Après beaucoup d'entraînement, mes galettes bretonnes sont aujourd'hui aussi bonnes que celles de Tata Dédée. Je peux donc enfin en dévoiler le secret ! »

www.DayzEbook.com

plat 6 personnes Préparation : 15 min

FACILE BON MARCHÉ

LE MARCHÉ

- **1 kg de farine de sarrasin (dite de blé noir)**
- **2 œufs**
- **2 c. à s. d'huile de tournesol**
- **1 c. à s. rase de gros sel**
- **Beurre**

PRÉPARATION

1. Dans un grand récipient, mélangez la farine, l'huile, les œufs et le gros sel. Faites un puits au milieu de la préparation et ajoutez-y progressivement 50 cl d'eau froide.
2. Malaxez vigoureusement cette pâte jusqu'à l'obtention d'un pain compact. Délayez ensuite ce pain en ajoutant petit à petit 1 litre d'eau froide. Votre pâte doit être lisse et homogène. Laissez reposer pendant 30 minutes.
3. Faites fondre une noix de beurre sur une galettière (plaque de fonte) ou dans une poêle à crêpes. Versez une louche de pâte dessus.
4. À mi-cuisson, garnissez votre galette d'œuf, de fromage et de saucisse.

Cette rubrique est la vôtre !

Si vous souhaitez vous aussi partager une recette de famille, adressez-nous un courrier à :
Magazine Un dîner presque parfait,
46, rue Jacques-Dulud,
92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex
ou un mail à : undinerlemag@m6.fr

Un dîner PRESQUE parfait
le jeu
de société
Le 1er JEU MULTI-ÉPREUVES
sur le thème de la CUISINE !
Quizz
Créativité
Dextérité
8 défis à relever en famille ou entre amis !
Serez-vous le meilleur hôte ?
Jeu en vente en grandes surfaces et magasins de jouets spécialisés
itv STUDIOS Global Entertainment
Come Dine With Me © and format rights - ITV Studios Limited.
Licensed by ITV Global Entertainment Limited 2009. All rights reserved.
"Un dîner presque parfait" produit par 89. Tous droits réservés.
Auteur : ©2009 Pascal Bernard - Illustrations et réalisation graphique : Antoine Riot
Un jeu distribué par
ASMODEE
Jeu édité par
M6 INTERACTIONS
M6 Interactions
89, avenue Charles de Gaulle
92575 Neuilly-sur-Seine Cedex

Cassegrain
SUBLIMES
PETITS POIS CAROTTES
CASSEGRAIN.
Cassegrain
PETITS POIS
ET CAROTTES
'mélange printanier' à l'étuvée
www.cassegrain.com
CASSEGRAIN, TOUT SIMPLEMENT SUBLIME.
Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas. www.mangerbouger.fr
www.DayzEbook.com